

KIER

Sylvan Muldoon
Hereward Carrington

LOS FENOMENOS DE LA PROYECCION ASTRAL

SYLVAN J. MULDOON
HEREWARD CARRINGTON

LA PROYECCION DEL CUERPO ASTRAL

Versión castellana de la 5ª edición inglesa por
FERNANDO R. OELDOL

QUINTA EDICION

EDITORIAL KIER S.A.
Av. Santa Fé 1260
1059 - BUENOS AIRES

INDICE

CAPITULO I

CAPITULO II

CAPITULO III

CAPITULO IV

CAPITULO VI

CAPITULO VII

ÍNDICE

CAPITULO XII

CAPITULO XIII

CAPITULO XIV

CAPITULO XV

CAPITULO XVI

PREFACIO

Cuando ocurrieron mis primeras experiencias de proyección fuera del cuerpo no contaba más que doce años, y tan joven e inmaduro era de espíritu que no comprendí entonces su magnitud. Las experiencias se producían involuntariamente, repitiéndose con frecuencia, de modo que tanto me acostumbré a ellas que, de hecho, pronto las consideré como algo muy natural y rara vez las mencioné aun a los miembros de mi propia familia; y ni qué decir que tampoco llevaba registro de ellas, pese a que muchas personas interesadas me animaban para que así lo hiciese.

Yo había oído, de personas que se decían entendidas, que la proyección consciente del cuerpo astral no era nada insólita y que muchos psiquistas podrían lograrla a voluntad. Yo también deseaba ver su paz de producirla voluntariamente, y reconozco que envidiaba a quienes (según había oído) podían hacerlo. Entonces comencé a buscar a alguien que lograse producir el fenómeno voluntariamente. Pero mi búsqueda resultó vana y, finalmente, me vi forzado a concluir que no era posible encontrar a ese "alguien". De este modo, empecé a experimentar yo mismo con el fenómeno y en este libro el lector encontrará los resultados de esas experiencias.

Aunque hijos del siglo veinte, vivimos todavía en medio de una intolerancia similar a la de la Edad Media y no soy tan optimista como para imaginarme que un gran número de lectores habrá de leer lo que

yo tenga que decir, desprovistos de prejuicios. Mi propósito al escribir esta obra ha sido el de proporcionar los resultados de mis investigaciones a otros estudiantes de lo oculto. Desgraciadamente, muchos teósofos están convencidos de que la llamada proyección astral consciente no es ni más ni menos que un sueño.

No me es ajeno el hecho de que para creer en la proyección astral consciente es necesario experimentarla primero, y hasta es posible que yo mismo me rehusase a aceptarla como cierta si no la hubiera experimentado y no *supiera* que es cierta. El escéptico exclama: "¡Yo quiero la prueba, la prueba objetiva, y entonces creeré!" Y el proyector replica: "No puedo darle una prueba objetiva. Usted debe *experimentarla* y entonces tendrá la prueba." El argumento de que el proyector no puede probar al escéptico que no se trata de un sueño no es de consideración, puesto que tampoco el escéptico puede demostrar al proyector que *sí* se trata de un sueño. De este modo, toda argumentación es inútil, tan inútil como la discusión de la causa primera o del último efecto.

El problema aparece así, nítidamente planteado: hay que *experimentarla.* La existencia de la torta se prueba comiéndola. No he tratado de ocultar nada ni he recurrido a los pseudo-argumentos basados en los "peligros" que estas experiencias implican como ha hecho la mayoría de los autores que han escrito sobre este tema. Yo proporciono los procedimientos

específicos para lograr la proyección del cuerpo astral de acuerdo con la experiencia y el conocimiento que tengo de los mismos, y es mi mayor deseo que la verdad de mis afirmaciones sea juzgada a la luz de los resultados obtenidos mediante la práctica de estos métodos. El que quiera pruebas las tendrá, pero vuelvo a repetirlo: no sin *experimentar.* Claro está que se querrá saber *cómo* se puede experimentar; pues bien, enseñarlo es mi tarea. Pero más no puedo hacer.

En esta obra he relatado gran parte de mis experiencias; sin embargo, las experiencias de que doy cuenta no representan, de ningún modo, la totalidad de las que he tenido. Pero un volumen de este tamaño difícilmente podría contener la síntesis de todas ellas. Jamás podría haber recogido toda la información aquí contenida de las pocas experiencias referidas.

Al hombre medio no le interesan las experiencias de los demás, solo le interesan las propias. Al escribir este libro yo he partido del supuesto de que el lector solo desea saber *cómo* se produce el fenómeno, importándole mucho menos la narración de las experiencias. Aunque, según dije antes, no soy lo bastante optimista para creer que muchos habrán de leer lo que he escrito desprovistos de prejuicios, si creo, en cambio, que nadie que ponga a prueba, cabal y conscientemente, los métodos por mí proporcionados, habrá de fracasar en su tentativa.

Hay que evitar abrir juicio sobre el libro apoyándose en la razón solamente. Hay que juzgarlo por la

experimentación. No quiero que nadie acepte mi palabra como prueba suficiente de lo que afirmo. Lo repito: hay que experimentar. Primero seguir las fórmulas dadas y después decidir sobre el mérito de mis afirmaciones. *Después,* he ahí el tiempo propicio para juzgar, pero no antes.

Se me ha acusado de "supersticioso" por mi creencia en espectros de los vivos y de los muertos. Por lo general, termino descubriendo que mis acusadores ¡también son supersticiosos! No hace mucho un feligrés consecuente me manifestó que no podía comprender como yo, o cualquier otra persona, podía creer que tenía un "espíritu" en su interior. Sin embargo, el autor de esta misma crítica declaraba creer la Biblia de cabo a rabo, ¡incluso que "Cristo entregó su espíritu" al morir!

Por otro lado, el materialista cree que es superstición la creencia en que la mente puede existir independientemente del cerebro. Su teoría es que el cerebro "secreta" pensamientos exactamente del mismo modo en que el hígado secreta la bilis. Y el materialista que no puede probar que el cerebro secrete los pensamientos se olvidan de que no puede probar sus razones y ¡exige pruebas del espiritista! Si lo urgimos al materialista para que nos dé pruebas, responderá que mediante la experimentación (véase bien: mediante la experimentación) se torna *evidente* que el cerebro produce pensamientos. Y eso es casi exactamente lo mismo que diría un espiritista, es decir, que mediante la *experimentación* se hace evidente

que el cerebro ¡no produce pensamientos! Tanto el materialista como el Espiritista deben dejar de lado a la *"razón"* y recurrir al *experimento.*

Y esto es todo cuanto pido del lector: que él mismo se convenza de la verdad de mis afirmaciones dejando de lado la razón y ciñéndose a la experiencia. Mi esperanza es que todos aquellos que tengan éxito, aun los que solo alcancen resultados secundarios (siguiendo el método aquí estipulado) me hagan conocer esos resultados como testimonio de la realidad de la proyección astral.

Quiero señalar aquí mi agradecimiento al señor Carrington por su valiosa colaboración y a mi novia, la señorita Goodrich, por su ayuda en la copia a máquina del manuscrito. S. M.

INTRODUCCION

POR HEREWARD CARRINGTON

El Cuerpo Astral podría definirse como el Doble o contraparte etérea del cuerpo físico al cual se parece y con el cual coincide normalmente. Se cree que está constituido por alguna forma sutil o semifluida de materia, invisible a la visión física. En el pasado se lo solía llamar cuerpo etérico, cuerpo mental, cuerpo espiritual, cuerpo del deseo, cuerpo radiante, cuerpo de resurrección, doble, cuerpo luminoso, cuerpo sutil, cuerpo fluídico, cuerpo brillante, espectro y con otros diversos nombres. En la literatura teosófica reciente se han hecho distinciones entre estos diversos cuerpos; pero a los fines actuales podemos pasar por alto estas diferencias y llamar "Cuerpo Astral" a cierta forma más sutil y distinta de la estructura orgánica, conocida por la ciencia occidental, y que estudian nuestros fisiólogos.

La enseñanza más difundida y general es que cada ser humano "posee" un cuerpo astral exactamente en la misma forma en que posee un corazón, cerebro e hígado. En realidad, el cuerpo astral representa con más verdad al Hombre Real que el cuerpo físico, puesto que este último no es más que una mera máquina adaptada para el funcionamiento en un plano físico. Pero tampoco debe creerse que el cuerpo astral es el Alma del hombre. Este es un frecuente error. Del

cuerpo astral se ha dicho que es el *vehículo* del Alma, precisamente de la misma manera en que el cuerpo físico es un vehículo, y constituye uno de los eslabones esenciales en la cadena que une a la mente con la materia. Claro está que al materialista, que considera a la mente como un mero producto de ciertas actividades cerebrales, una teoría semejante le parecerá superflua y carente de sentido. Pero esta obra no está dirigida a los materialistas. Por el contrario, está dirigida a aquellos que creen en la realidad de ciertos fenómenos supranormales (psíquicos) y en la posibilidad teórica, al menos, del cuerpo astral. Para ellos este libro representará, estoy seguro, una verdadera fuente de valiosa y singular información.

LA DOCTRINA

El cuerpo astral coincide, pues, con el cuerpo físico durante las horas de la vigilia, de conciencia plena; pero durante el sueño el cuerpo astral se separa, en mayor o menor grado, flotando, por lo general, precisamente encima de aquél, en forma ni consciente ni controlada. En los trances, síncopes, desvanecimientos momentáneos, o bajo el efecto de algún anestésico, el cuerpo astral se separa del físico en forma similar. Estos casos de desprendimiento constituyen ejemplos de *proyección automática* o *involuntaria.*

En contraposición a éstos, se hallan los casos denominados de *proyección consciente* o *voluntaria,* en los cuales el sujeto "quiere" abandonar el cuerpo físico y efectivamente lo logra. En estas condiciones el sujeto se hallará completamente alerta y consciente en su cuerpo astral; podrá contemplar su propio mecanismo físico y viajar a voluntad, observando escenas y visitando lugares que nunca antes había visto. Posteriormente él mismo podrá verificar la verdad de estas experiencias visitando las escenas o lugares en cuestión. Durante la estada plenamente consciente en el cuerpo astral parece hallarse provisto de extraordinarios poderes supranormales. Puede retornar voluntariamente a su cuerpo físico o bien ser arrastrado de nuevo dentro de éste por causa de algún shock, susto o una emoción vívida.

El cuerpo físico y el astral se hallan invariablemente conectados por medio de una especie de cordón o cable, a lo largo del cual pasan corrientes vitales.

En caso de romperse este cordón, la muerte sobreviene instantáneamente. La única diferencia entre la proyección astral y la muerte es que en el primer caso el cable se halla intacto y trunco en el segundo. Este cordón —el "Cordón de Plata" de que se habla en el Eclesiastés— es elástico y capaz de una gran extensión. Él constituye el eslabón esencial entre los dos cuerpos.(Ver el breve artículo sobre "El cordón de plata", de Max Heindel, publicado en *The Occult Digest,* mayo de 1928.)

Lo que antecede no es sino un breve sumario general de la doctrina y enseñanzas concernientes al cuerpo astral y su proyección.

Ahora bien; aunque la literatura sobre este tema es bastante voluminosa, no me ha sido posible encontrar por ninguna parte suficiente material de valor científico, y, sobre todo, casi nada de naturaleza práctica, esto es*, cómo proyectar el cuerpo astral.* Si realmente existe un cuerpo tal y puede ser proyectado voluntariamente como muchos individuos lo afirman ¿por qué son tan escasos los consejos e información práctica publicados en la materia? Está muy bien insistir en los posibles "peligros" involucrados en el procedimiento; cualquier persona sensata se dará cuenta de que es bien probable que existan, pero, ¿cuántas personas no estarían dispuestas a intentarlo, de todas maneras? A pesar de todo, es casi imposible obtener información práctica alguna de aquéllos que afirman ser capaces de "proyectarse" a voluntad; y estoy seguro de que en este punto no habrá ningún estudiante de teosofía que no esté de acuerdo conmigo. ¿Cuál es la causa? Coincido en un todo con el señor Muldoon en que la razón para todo este secreto no se debe a los "peligros" teóricos involucrados, sino simplemente a que los tales "maestros", como ellos mismos se titulan, *no saben.* Saben que la proyección astral existe; puede ser también que hasta la hayan experimentado por sí mismos; pero los verdaderos detalles del proceso *cómo* se lleva éste a término esto *no* lo saben y, en consecuencia, no pueden enseñarlo a los demás. El

gran valor de esta obra radica en el hecho de que estos datos son proporcionados al mundo por vez primera, y es mi convencimiento que poseemos en ella un documento del mayor valor. La información así reunida y que por tantos años han estado esperando los estudiantes de teosofía podría no haber visto nunca la luz, si una afortunada combinación de casuales circunstancias no hubiera hecho posible su publicación. Seguramente le interesará saber al lector, pues, cómo llegó a ser escrito este libro y también algo acerca de su autor.

COMO FUE ESCRITO ESTE LIBRO

En mi libro *Modern Psychical Phenomena (Los Modernos Fenómenos Psíquicos),* hay un capítulo dedicado a la proyección experimental del cuerpo astral, donde se reseña la obra de M. Charles Lancelin (que más adelante será objeto de un análisis más completo). En un libro posterior, *Higher Psychical Development (El Desarrollo Psíquico Superior),* este material fue ampliado considerablemente. La obra se ocupaba casi exclusivamente del trabajo de otros autores, sin embargo, y siempre sentí que en su total era visiblemente inadecuada, si bien sintetizaba todo lo que me había sido dado desenterrar en relación con tan importante tenia. En noviembre de 1927, recibí una carta del señor Sylvan Muldoon, la cual decía así:

"Recientemente he leído sus obras sobre las 'Ciencias Psíquicas y Ocultas'... Me interesó mucho su capítulo

sobre la 'Proyección Astral', ya que yo mismo, desde hace doce años, la practico. Me inicié en esta ciencia aun mucho antes de saber que en el mundo había otras personas que también la practicaban... Lo que más me llama la atención es su afirmación de que M. Lancelin ha dicho prácticamente todo lo que se sabe en la materia. Porque, señor Carrington, yo nunca leí la obra de Lancelin pero si usted nos ha dado en su libro la esencia de aquélla, le aseguro que yo podría escribir un libro entero sobre las cosas que Lancelin no sabe... Me he preguntado si M. Lancelin será en realidad un proyector consciente. Por la reseña que usted ha hecho, he llegado a la conclusión de que, o bien Lancelin no se proyecta en absoluto, o bien sus sujetos no tienen clara conciencia durante la exteriorización. ¿No es esto razonable? Si M. Lancelin o sus sujetos se hallasen con plena conciencia, ¿no podrían acaso describir el fenómeno detalle por detalle? ¡Claro que podrían! *Y* sin embargo no lo hacen. Ahora bien; yo he experimentado todo esto y conozco hasta la menor emoción, el menor movimiento, el más mínimo detalle que tiene lugar durante el pasaje de la conciencia plena del medio físico hacia afuera, en el astral, y sé cómo la conciencia se mantiene inalterada y lúcida hasta el regreso al estado de 'coincidencia'... Pero lo que más me sorprende es que tan poco se diga sobre el cordón astral, base fundamental de todo el fenómeno. ¿Es posible que ninguno de los sujetos de Lancelin haya examinado nunca este cordón, que no lo haya visto nunca?... Nada se dice acerca del funcionamiento del

mismo, de cómo le da estabilidad al espectro y de cómo se la hace perder. Ni acerca de su tamaño cuando los cuerpos se hallan casi en coincidencia, ni de cómo se hace más pequeño y menos resistente a medida que se aleja hasta cierta distancia (que yo he medido con toda exactitud), y así siguiendo. Lancelin dice que el espectro se presenta como si fuera mecido por el viento pero no dice cuál es la causa de esta oscilación... Lancelin no explica cómo controlar el cordón astral, factor éste de vital importancia. Afirma que el cuerpo astral emerge del plexo solar, lo cual puede ser cualquier cosa menos la verdad. Por el contrario, los cuerpos se separan en todos sus puntos simultáneamente. El cordón se concentra en un plexo dado, siendo el lugar ideal e1 bulbo raquídeo, el cual posee un control directo sobre los órganos de la respiración en el cuerpo físico. Lancelin no dice nada de los deseos reprimidos ni del carácter de las pulsaciones del corazón a través del cordón, ni tampoco dice cómo estabilizar el espectro después de cumplida la exteriorización. No dice nada de la forma que asume el fantasma, ni de cómo se mueve al surgir, ni del estado cataléptico que sobreviene mientras se halla bajo el control de la mente subconsciente, dotado todavía, a pesar de todo, de conciencia... No ha hablado de los diversos grados de capacidad visual y auditiva del espectro ni de cómo viaja o cómo alcanza una condición determinada en la cual se halla inerte e imposibilitado de viajar... Además, se hace demasiado hincapié en el papel desempeñado en el proceso por la Fuerza de la

Voluntad. Hay otras maneras de producirlo aparte de la fuerza de voluntad. En realidad, muchas otras maneras. Y la idea de la Buena Salud no es más que puro dislate. Yo afirmo, y puedo probarlo, que cuanto más próxima a la muerte se halla una persona mayor es su facilidad para proyectarse... Podría seguir indefinidamente diciéndole más y más cosas acerca de la proyección astral; pero imagino que después de escucharme se limitaría a decirme: ¡pruébelo! ¡Pero no es tarea fácil probarlo! Eso requeriría un tratado en la materia. Una vez pensé en escribir un libro sobre el tema, pero pronto abandoné la idea, cuando todo el mundo me dijo que estaba 'loco' y que nadie le prestaría atención... De todos modos, me he exteriorizado bastantes veces corno para saber que si Ud. ha dado lo esencial de lo que actualmente se sabe hay en verdad, bastante oscuridad en la materia. Debo agregar que solo cuento veinticinco años y que si Ud. llega a leer esta carta y la toma en serio, será un gran honor para mí...

Apenas hace falta señalar que inmediatamente comprendí que acababa de descubrir a alguien poseedor de una fuente de información inestimable; sin pérdida de tiempo le contesté extensamente, animando al señor Muldoon para que empezara su obra de inmediato; y le prometí revisar el libro, editarlo y presentarlo. El volumen que tienes entre manos, lector, fue el resultado. Debo agregar que el señor Muldoon y yo hemos trabajado juntos en él dentro de la mayor armonía; a propuesta mía completó muchos puntos y realizó numerosos experimentos,

demostrando siempre una acabada sinceridad y una insobornable adhesión a la verdad. No formula afirmaciones que no pueda justificar; no adelanta teorías que no estén basadas en experiencias reales, y cuando no conoce una cosa, lo declara francamente. Los extractos suplementarios de sus cartas (ps. XXXVII-XLI) tornarán esto más patente aún y también proporcionarán al lector abundante y valioso material que no se halla incluido en el libro. Cabe agregar que la mayor parte de este trabajo fue escrito estando el señor Muldoon confinado en su lecho de enfermo, en tan grave estado, ¡que cada día podía ser el último! Si alguna vez hubiera de pedirse sinceridad a un hombre, ningún momento de la vida más apropiado que éste. Pero la fidelidad del autor a la verdad se hace patente en cada línea.

Es conveniente hacer notar al lector el hecho de que en ninguna parte de este libro se efectúan declaraciones insólitas o absurdas respecto a las cosas realizadas durante los "viajes astrales". El señor Muldoon no pretende haber visitado ningún planeta distante y regresado para contarnos detalladamente sus modos de vida; no pretende haber explorado ningún vasto y hermoso "mundo espiritual"; no afirma haber penetrado en el pasado o en el futuro; haber revivido alguna de sus "encarnaciones" pasadas; haber leído algún "Registro Akáshico", o haber viajado hacia atrás, remontando el curso del tiempo y contemplando la historia de la humanidad o las eras geológicas de nuestro planeta. Se circunscribe a afirmar, en cambio, que ha sido capaz de abandonar

su cuerpo físico a voluntad y viajar por el presente, en las vecindades inmediatas, en uno u otro vehículo, y con plena conciencia de ello. Esto es perfectamente racional, y precisamente lo que debe esperarse, de acuerdo con la teoría de que estos "viajes" son experiencias reales. Dando por sentado que existe una entidad determinada como el Cuerpo Astral que en ciertas ocasiones puede desprenderse voluntariamente del cuerpo físico todo lo demás se explica por sí mismo, siendo la natural consecuencia en esas circunstancias dadas.

DIFICULTAD DE LA PRUEBA

Claro está que podría contestarse: "Muy cierto, siempre y cuando pueda probarse la realidad del cuerpo astral". "Después de haberse engullido el camello es inútil preocuparse por el jején"... Pero fuera de estos casos de "proyección" consciente o voluntaria, constantemente se han venido acumulando pruebas de la existencia de este ente que llamamos cuerpo astral o etérico. El primer hecho que llamó la atención de los primeros investigadores de la Sociedad de Investigaciones Psíquicas, cuando ellos comenzaron sus estudios, fue el gran número de apariciones coincidentes con la muerte de la persona así representada; y el resultado del primer Censo, publicado en *Los fantasmas de los vivos,* como así también el del segundo, mucho más extenso que el anterior, publicado en el volumen décimo de los *Procedimientos* de la referida Sociedad, confirmó la

creencia de que aquellas coincidencias obedecían a algo más de lo que la casualidad podía explicar, y de que debía existir alguna relación causal entre la aparición y la muerte de la persona cuyo "doble" se hacía presente. Como es natural, se trató de explicar la mayoría de estas experiencias atribuyéndolas a "alucinaciones telepáticas". Pero no todas ellas podían explicarse tan fácilmente, y en lo que a los resultados del primer censo se refiere, cl señor Myers contemplaba esta explicación no sin ciertos escrúpulos de conciencia, según lo muestra claramente su trabajo *"Note on a suggested Mode of Psychical Interaction".* La objetividad de algunos fantasmas se tomó tan evidente que el señor Andrew Lang se vio forzado a admitir en su *Cock Lane and Common Sense* (pág. 206) que: *"... Algunas* apariciones son 'espectros', entidades objetivas reales que ocupan espacio." Y puede agregarse que las pruebas de ello se han multiplicado considerablemente en años recientes, aparte de las "materializaciones" y otras manifestaciones semejantes. Carecemos de espacio ahora, desgraciadamente, para ocuparnos de ellas.[2]

Puede afirmarse, en consecuencia, con considerable certeza, que las pruebas de la existencia de entidad tal como el cuerpo astral, no han cesado de acumularse, como resultado de nuestras investigaciones psíquicas, y que son, por cierto, categóricas. Apenas hace falta decir que una vez aceptado este hecho definitivamente, habrá de permitirnos explicar gran número de fenómenos hasta ahora sumidos en

completa oscuridad como, por ejemplo, los de las casas habitadas por fantasmas, las apariciones presenciadas por varias personas simultáneamente, las fotografías psíquicas, la clarividencia, etc.; y también, (suponiendo que el cuerpo astral pueda, en ocasiones, actuar sobre la materia) los golpes, la telekínesia, los espíritus ruidosos *(poltergeist)* y otros fenómenos físicos. De hecho, una vez establecida la existencia objetiva del cuerpo astral, un torrente de luz habrá de verterse sobre todas las manifestaciones psíquicas, ya sean ellas físicas o mentales.

Ahora bien; con completa independencia de estas pruebas colaterales, han existido en todo tiempo individuos que afirmaron ser capaces de abandonar el cuerpo físico a voluntad y viajar por los espacios, por mayor o menor tiempo, en una especie de "cuerpo astral", conservando una clara conciencia durante todo el proceso. La dificultad ha estribado siempre en *probar* estas afirmaciones. En realidad, esto es siquiera un sueño de vuelo, y, de acuerdo con Muldoon, un sueño de vuelo, es a su vez, ¡algo enteramente diferente de una proyección consciente!

2: Casi no hace falta decir que las "comunicaciones espirituales" han corroborado invariablemente este hecho. Leemos así, en el segundo informe del Dr. Hodgson sobre los fenómenos de trance de la señora Piper:

"Las informaciones de los 'comunicadores' concernientes a lo que ocurre en la esfera física pueden expresarse en términos generales de la manera siguiente: todo" nosotros poseemos cuerpos compuestos de un 'éter irradiante' encerrados en nuestros cuerpos de carne y hueso. La relación entre el cuerpo etéreo de la señora Piper y e1 mundo etéreo, donde los "comunicadores' afirman existir es de tal

índole que existe una cantidad especial de energía peculiar acumulada, en vinculación con el organismo, y esto se presenta a su vista como una luz...", etc. *(proc.,* XIII, pág. 406).

HISTORIA

Apenas hará falta recordar al lector que los egipcios creían implícitamente en el Ka, del cual podría decirse que corresponde a nuestro concepto del "Cuerpo Astral". Este Ka no era el Alma del hombre, debemos aclarar desde ya, sino su *vehículo,* exactamente del mismo modo en que el cuerpo astral es considerado en la actualidad el vehículo de la mente y del alma. Era este Ka quien visitaba de tiempo en tiempo al cuerpo momificado, siendo generalmente descripto como una especie de Doble del muerto con forma de pájaro. Así nos lo muestran muchas antiguas pinturas egipcias en el *Libro de los muertos,* donde se narran las peregrinaciones y pruebas sufridas por los muertos en la vida de ultratumba, como así también en otros escritos primitivos.

Más sorprendente y de mayor importancia para nosotros, sin embargo, es el *Libro tibetano de los muertos,* recientemente traducido al inglés *(Tibetan Book of the Dead),* editado por el doctor W. Y. Evans Wentz y publicado por la imprenta de la Universidad de Oxford (1927). Esta obra —*El Bardo Thödol*— fue mandada hacer probablemente en el siglo viii de la era cristiana, recogiendo enseñanzas de data mucho más antigua. El manuscrito del cual deriva la actual traducción tiene, en opinión de los peritos, de 150 a

200 años de antigüedad. Como el lector se habrá imaginado ya, su tema general es el mismo que el de la obra egipcia, pero, desde el punto de vista moderno, que es el nuestro, es mucho más "racional", y muchas de sus enseñanzas coinciden en forma notable, con las de las ciencias psíquicas y ocultas. Sin duda resultará de interés la transcripción de aquellos fragmentos del libro que tratan más o menos directamente nuestro propio tema.

Cuando un hombre va a morir, se llama a un *Lama,* cuyo deber consiste en cuidar al moribundo y guiarlo prudentemente hacia el otro mundo. El *Lama* oprime las arterias laterales del cuello, a fin de mantener consciente al moribundo y dirigir correctamente esta conciencia. En efecto, la naturaleza de la conciencia en la hora de la muerte determina la condición futura del "complejo del espíritu" no siendo la existencia otra cosa que la continua transformación y pasaje de un estado consciente a otro. La presión ejercida sobre las arterias regula el curso a seguir por la corriente vital saliente *(Prana).* El curso adecuado es aquel que pasa a través del orificio de Monro. "Si el moribundo está a punto de expirar, vuélvaselo sobre el lado derecho; esta postura se llama 'Postura yacente del león'. Debe presionarse el pulso de las arterias (a los lados derecho e izquierdo del Cuello). Si el paciente en trance de morir muestra disposición a dormirse o si el sueño quiere apoderarse de él, debe impedírselo a toda costa, apretando las arterias con suavidad pero firmemente. En esta forma, la fuerza vital no puede regresar del nervio medio, teniendo que pasar

forzosamente, al salir, por la apertura brahmánica. Sobreviene entonces el momento de enfrentarse cara a cara con el Más Allá. En estos instantes tiene lugar el primer vislumbre del *Bardo,* de la Luz Clara de la Realidad... y todos los seres conscientes lo experimentan".

Mientras dura la agonía, el *Lama* lo alienta para que conserve la mente serena y equilibrada, de manera que pueda ver la Clara Luz de la Realidad e ingresar en ella, sin ser perturbado con alucinaciones o "formas-del-pensamiento" que carecen de existencia objetiva, como no sea en la mente del que se muere. El *Lama* vigila todo el proceso de la salida del cuerpo astral del físico, en el momento de la muerte. "Se acepta generalmente que el proceso (de separación) lleva de tres días y medio a cuatro, a menos que intervenga un sacerdote llamado *hpho-bo,* lo que equivale a 'extractor-del-principio-consciente'; y de ordinario, aun cuando el sacerdote logre realizar la extracción, el moribundo no llega a percibir el proceso de la separación del cuerpo físico hasta la expiración del mencionado espacio de tiempo.

Si el pensamiento del sujeto no se ha concentrado adecuadamente en la percepción de la "Clara Luz", es probable que se le aparezcan decenas de espíritus y demonios de toda clase; pero todo a lo largo del libro se insiste sobre el hecho de que estos demonios carecen de existencia objetiva o real; son simples alucinaciones o "formas-del-pensamiento" que no poseen realidad salvo en el pensamiento del que las

ve. Estas apariciones son puramente simbólicas. La mente es capaz de elaborarlas o de crearlas, exactamente del mismo modo en que noche a noche lo hacemos durante el sueño. El sujeto debe abrirse paso a través de ellas para alcanzar la Clara Luz del Vacío. Cuanto antes logre hacerlo, tanto más pronto alcanzará su "liberación".

Las enseñanzas en este escrito contenidas, referentes al cuerpo astral, son sumamente claras y concisas: "Cuando te recobres del desvanecimiento (de la muerte) tu Conocedor deberá elevarse en su condición primordial y un cuerpo radiante, semejante al cuerpo anterior, habrá surgido... Es éste el llamado cuerpo-del-deseo... Se ha dicho del Cuerpo-Bardo, que se halla 'dotado de todas las facultades de los sentidos'... El libre movimiento implica que tu cuerpo actual, siendo solamente una estructura del deseo no está hecho de burda materia... Te verás dotado entonces, de una facultad de movimiento milagrosa... Sin cesar, y sin que tu voluntad pueda impedirlo, te hallarás vagando por los espacios. Y a todos aquellos que lloren tu muerte, tú así les hablaras: 'Estoy aquí, no lloréis ya'. Pero cuando ellos demuestren no haberte escuchado, entonces te dirás: '¡Estoy muerto!' Y nuevamente volverás a sentir toda la magnitud de tu infortunio. Pero no dejes que la pesadumbre haga presa de ti... Siempre habrá a tu alrededor una luz gris, crepuscular, que alumbrará tus noches y tus días... Y si buscas un cuerpo, solo conseguirás aumentar todavía tu aflicción. Olvida el deseo de un cuerpo, y deja que tu mente acoja su destino con resignación,

actuando, de ahí en más, conforme a su nueva condición... Tales son las indicaciones pertinentes a la trayectoria por el *Sidpa Bardo* del cuerpo mental. Por entonces, la felicidad o el infortunio solo dependerán de *Karma..."*

BIBLIOGRAFIA SOBRE EL TEMA

Es mucho lo que se ha escrito, en épocas pasadas, sobre el Cuerpo Astral, especialmente en aquellos libros dedicados a la "Magia" y al "Ocultismo". Creo haber revisado cuidadosamente la mayoría de estas obras, con el propósito de reunir toda la información práctica relacionada con nuestro tema, pero debo confesar que el resultado ha sido muy poco halagüeño. Existen, por ejemplo, varias referencias al cuerpo astral en la *Doctrine and Ritual 0f Magic (Doctrina y ritual de la magia),* de Eliphas Levi, en su *Key of the Mysteries (Clave de los misterios)* (publicado en *The Equinox,* vol. X); en los *Mysteries of Alagic (Misterios de la magia),* de A. E. Waite, como así también en su obra sobre las *Ciencias ocultas;* en *Magic, White and Black (Magia, negra y blanca),* del doctor Franz Hartmann y en los diversos escritos de Paracelso. En otras obras más antiguas sobre la Hechicería y Brujería se encuentran, por supuesto, frecuentes alusiones a la proyección astral. La bibliografía teosófica sobre el tema es profusa, pero aun en este terreno me ha sido imposible encontrar datos precisos o instrucciones prácticas acerca de *cómo* debe realizarse la proyección del cuerpo astral.

Y esto no solo vale para las obras más antiguas, como *The Astral Plane (El plano astral),* de Leadbeater, y *Man and his Bodies (El Hombre y sus cuerpos),* de Annie Besant, sino también para otros tratados más modernos y voluminosos, como por ejemplo los del Mayor Arthur E. Powell, *The Etheric Double (El doble etérico) The Astral Body (El cuerpo astral), The Mental Body (El cuerpo mental), e*tc. En todos estos libros encontramos una abundante información teórica (claro está que desde el punto de vista estrictamente teosófico), pero muy pocos consejos prácticos. Cabe esta misma crítica para la obra de D'Assier, *Posthumous Humanity: A Study of phantoms (Humanidad póstuma: un estudio de los espíritus.)* Pueden hallarse algunas interesantes experiencias espontáneas en *Little Journeys into the Invisible: A Woman's Actual Experiences in the Fourth Dimension (Breves incursiones en el campo de lo invisible: las experiencias reales de una mujer en la cuarta dimensión),* de M. Gifford Shine; *Some Occult Experiences (Algunas experiencias ocultas),* de Johan van Manen; *My travels in the Spirit World (Mis viajes por el mundo de los espíritus),* de Caroline D. Larsen, y en otros libros similares, en tanto que *The Astral Light (La luz astral),* de "Nizida", contiene curiosas informaciones de naturaleza general. G. R. S. Mead nos suministra un interesante estudio histórico sobre este tema en *Doctrine of the Subtle Body in Western Tradition (Teoría del Cuerpo Sutil en la tradición occidental),* donde reseña las opiniones de los primeros Padres, como así también las concepciones

más recientes. La obra de Charles Hallock, *Luminous Bodies: Here and Hereafter (Los cuerpos luminosos: el Aquí y el Más Allá),* contiene una limitada información al respecto. Pueden encontrarse referencias ocasionales a lo que Myers llamó, en su *Human Personality (La personalidad humana),* la "Autoproyección, en los *Journals and Proceedings* de la S. P. R. (Sociedad de investigaciones psíquicas); y en cuanto al sorprendente caso del doctor Wiltse *(Proceedings,* VIII, págs. 180 a 194), éste ya es, por cierto, clásico. También de considerable interés es el caso del Rev. L. J. Bertrand (págs. 194 a 200) y otro tanto puede decirse del caso registrado por el doctor L. K. Funk en su *Psychic Riddle (El enigma psíquico),* págs. 179 a 183.[3] A. Campbell Holmes ha realizado algunas observaciones acerca del "Doble" en su obra *Facts of Psychic Science and Philosophy (Hechos de la ciencia y de la filosofía psíquicas),* en tanto que yo, por mi parte, he dedicado algunos capítulos al tema en mi libro *Modern Psychical Phenomena (Modernos fenómenos psíquicos)* y *Higher Psychical Development (El desarrollo psíquico superior).* Hace algunos años, Prescot Hall publicó en el boletín de la A. S. P. R. varias "comunicaciones" de considerable interés, relativas al cuerpo astral, que le habían llegado mediante el vehículo de un médium ciego. Claro está que su valor depende en forma absoluta de la autenticidad de la fuente.

Y éste es, prácticamente, todo el material publicado sobre el tema del cuerpo astral y sus proyecciones, si se incluyen los artículos de Oliver Fox, aparecidos en

la *Occult Review* y dos libros en francés. Son estos: *Le Fantôme des Vivants,* de H. Durville, y *Méthode de Déboublement Personnel (Extérioration de la Neuricité: Sorties en Astral),* por M. Charles Lancelin. Más adelante volveremos a referirnos en forma detallada a estas obras Ahora bien; con su sola excepción, prácticamente no he encontrado nada de valor en toda la bibliografía sobre el tema, y esta defección se torna particularmente sensible cuando llegamos al punto crítico de la cuestión, es decir, a la forma en que debe proyectarse el cuerpo astral experimentalmente, reteniendo la conciencia durante el proceso. Sobre tópico tan vital nuestras autoridades guardan el más profundo silencio.

Y es precisamente en este terreno donde Muldoon se muestra más explícito. Nuestro autor explica con todo lujo de detalle cómo ha de efectuarse la proyección del cuerpo astral y describe con toda precisión cuanto ocurre en la mente y el cuerpo del sujeto durante la proyección, suministrando, al mismo tiempo, otros muchos detalles vinculados con el fenómeno. En mi opinión, todo lector imparcial deberá admitir que no hubiera sido posible que Muldoon escribiese este libro y detallara los fenómenos aquí expuestos, si sus experiencias no hubieran sido verdaderas. Resulta evidente que sus lecturas sobre el tema son escasas; tampoco parece mayor su vinculación con individuo alguno que haya experimentado fenómenos similares a los por él experimentados, máxime si se tiene en cuenta el hecho de que reside en un pueblo apartado del Oeste. No; toda su información es de primera

mano, y ha sido adquirida a través de una rigurosa experimentación; de esto no puede dudarse. En qué otra forma podrían haberse reunido todos estos datos en caso de que el autor no hubiera pasado realmente por estas experiencias, es cosa que no parece fácil de explicarse; en todo caso, queda al lector la última palabra.

3: En otra parte hacemos la reseña de estos casos.

CASOS ESPONTANEOS

Como dijimos con anterioridad, existen dos tipos o variedades de proyección astral: la *espontánea* y la *experimental.* En el primer caso, el sujeto que experimenta el fenómeno se encuentra de pronto "proyectado" sin saber cómo o por qué. Así, se encuentra fuera de su propio cuerpo físico —que puede percibir con toda claridad— pero cómo llegó a esa posición, es cosa que no puede explicarse. En el segundo caso, el sujeto experimentador realiza un esfuerzo preciso y voluntario para "proyectarse" —por regla general, hacia un punto definido— y se despierta para encontrarse en ese sitio o *en route.* Claro está que la gran mayoría de estas tentativas terminan en el más absoluto fracaso, de modo que los éxitos resultan en extremo raros. O bien puede suceder que el sujeto sea "visto" por alguna persona en el sitio en cuestión, pero permanezca completamente inconsciente de su éxito aparente. En este libro se hallarán ejemplos de todos los tipos o variedades de proyección,

conjuntamente con el análisis detallado del *modus operandi* utilizado y con la correspondiente explicación del éxito o fracaso de la prueba, según sea el caso.

Debemos considerar, en primer lugar algunos casos típicos de proyección "espontánea". Como ya dijimos, teóricamente esto puede ocurrir cuando el sujeto se encuentra dormido, en trance, bajo la influencia de un narcótico, etc. O bien puede producirse el fenómeno, estando el sujeto despierto y consciente, y presentando un estado de relajamiento exclusivamente corporal, por lo menos al comenzar el experimento. En un libro recientemente publicado, *My travels in the Spirit World,* de Caroline D. Larsen, encontramos un buen ejemplo de este fenómeno:

"...De pronto experimenté un fenómeno sumamente extraño. Una sensación de profunda opresión y disgusto se apoderó de mí; algo muy semejante a la zozobra experimentada al sobrevenir un desvanecimiento. Traté de resistirme, pero en vano; la abrumadora opresión se hizo más intensa y pronto un entumecimiento general me recorrió el cuerpo, hasta que todos mis músculos quedaron paralizados. Así permanecí cierto tiempo. Mi mente, sin embargo, funcionaba todavía con tanta lucidez como de costumbre. En un primer momento pude escuchar una melodía procedente de la planta baja con toda claridad, pero a poco, los sonidos comenzaron a desvanecerse gradualmente, hasta convertirse todo en un gran vacío, donde yo permanecía inconsciente a la vida y al mundo. Cuanto duró este estado, no puedo

decirlo. Tampoco podría decir lo que sucedió en ese lapso. Todo lo que sé es que de pronto me vi a mí misma parada en el piso, junto a la cama, mirando atentamente a mi propio cuerpo físico que descansaba en ella... Línea por línea reconocí aquel rostro familiar, inmóvil y pálido como en la muerte, los ojos cerrados con fuerza y la boca entreabierta. Los brazos y manos yacían sin vida a ambos lados del cuerpo... Me di vuelta y me dirigí lentamente hacia la puerta, la atravesé y seguí camino en dirección al baño... Por la fuerza de la costumbre realicé los movimientos necesarios para encender la luz, pero, por supuesto, no pude hacerlo. Sin embargo, no había ninguna necesidad de luz, pues de todo mi cuerpo, así como de mi rostro, emanaba una intensa luz blanquecina que alumbraba toda la habitación..."

En el caso publicado por el doctor I. K. Funk; en su Psychic Riddle (págs. 179 a 185), este autor nos relata cómo "perdió control de su cuerpo" —debido a un entumecimiento de frío que se apoderó de su organismo— antes de experimentar su primera proyección consciente. Tras estos síntomas preliminares, el doctor Funk perdió momentáneamente toda conciencia: "...un relámpago me cegó la vista y los oídos me zumbaban; por un instante me pareció que me hallaba inconsciente. Pasada esta sensación creí caminar por el aire. No hay palabras que puedan describir el sentimiento de libertad que entonces experimenté. Ni hay términos tampoco capaces de reproducir la lucidez de mi visión mental. Nunca en mi vida había sido mi entendimiento más claro o más

libre... Entonces adquirí conciencia de que me encontraba en una pieza y contemplé mi propio cuerpo envuelto en las ropas del lecho. ¿Cómo expresar los extraños sentimientos que me asaltaron? El cuerpo que mis ojos veían tenía todo el aspecto de estar muerto. Allí yacía inerte, sin el menor indicio de vida, y con todo, también estaba yo allí, fuera del cuerpo, con mi mente completamente despejada, consciente de otro cuerpo al cual ningún tipo de materia ofrecía resistencia alguna... Después de un minuto o dos, al tiempo que miraba al cuerpo, comencé a tratar de controlarlo y casi enseguida cesó la sensación de separación del cuerpo físico; ahora solo tenía conciencia de un esfuerzo dirigido hacia su utilización. Tras un lapso aparentemente largo, logré moverme, levantarme de la cama y vestirme; después bajé tranquilamente a desayunar..."

En cuanto a la objeción que invariablemente se presenta de que en estos casos solo se trata de un "sueño vivido", el autor la refuta en la forma siguiente:

"No se me escapa que mucha gente habrá de pensar que los hechos aquí registrados son pura y exclusivamente el fruto de una imaginación exaltada o, en todo caso, un sueño; pero debo afirmar categóricamente que no son ni lo uno ni lo otro. Y aunque todo el mundo se levantase ...mi convicción no habría por ello de modificarse en lo más mínimo, pues tengo la absoluta certeza de que en aquel momento me encontré realmente libre de mi cuerpo físico, como así también de que mi aventura fuera del mismo me

deparó las experiencias más maravillosas de mi vida entera..."

Ya es perfectamente conocido el caso del doctor Wiltse. Publicado por primera vez en el *St. Louis Medical and Surgical Journal*, noviembre de 1889, y más tarde en el tomo VIII de los *Proceedings* de la S. P. R., fue también publicado parcialmente en la *Human Personality* (tomo II, págs. 315 a 322). Dada su vasta publicidad, nos limitaremos a citar algunos párrafos de interés, remitiendo al lector a las fuentes antes citadas para su estudio completo. Después de algunas observaciones y descripciones preliminares, el doctor Wiltse nos expresa:

"...con todo mi interés profesional de médico contemplé las maravillas de mi anatomía corporal, de cuyas fibras íntimamente entrelazadas era yo el alma viva que las animaba... Atentamente observé el interesante proceso de la separación de cuerpo y espíritu. El Yo, movido por cierta fuerza, aparentemente ajena a mí, oscilaba lateralmente, como una cuna al ser mecida, y en esta forma perdía gradualmente su vinculación con los tejidos del cuerpo físico. Al cabo de algunos instantes, cesó el movimiento y, todo a lo largo de mis pies espectrales, empezando por los dedos y en rápida transmisión hacia los talones, experimenté y oí, al parecer, el chasquear de innumerables cordeles. Acto seguido comencé a retirarme lentamente de los pies, hacia la cabeza, al igual que una goma que se encoge... Al emerger de la cabeza, comencé a flotar vertical y

lateralmente como una burbuja de jabón adherida al hornillo de una pipa, hasta que por fin me liberé del cuerpo, cayendo ligeramente sobre el piso, donde lentamente me erguí, alcanzando la estatura normal de un hombre. De aspecto transparente, mi silueta presentaba un matiz azulado y estaba completamente desnuda... Dirigí la vista (hacia la cama) y vi mi propio cuerpo muerto. Yacía precisamente en el lugar en que tanto trabajo me había costado colocarlo, descansando parcialmente sobre el costado derecho, los pies juntos y las manos cruzadas sobre el pecho. Me sorprendió la extrema palidez del rostro... Me volví y pasé por la puerta abierta..."

El doctor Wiltse pasa luego a relatar cierto número de experiencias mentales que le acontecieron durante su prolongado "viaje" incluyendo la percepción de ciertos objetos cuya existencia el ignoraba, pero que fue verificada más tarde y, al cabo de su aventura astral, fue repentinamente detenido por lo que parecía ser una densa y negra nube: "Una pequeña nube impenetrable apareció frente a mí y avanzó hacia mi cara. Entonces supe que debía detenerme. Sentí que la capacidad de moverme y pensar me abandonaba. Las manos cayeron inertes a los lados, los hombros y la cabeza hacia adelante, y entonces la nube me tocó en la cara y perdí el conocimiento..."

Cuando recobró el conocimiento otra vez, se hallaba en su propio cuerpo físico.

Veamos la reseña hecha por Myers del caso del Rev. L. J. Bertrand, también publicado en *Proceedings*, tomo VIII, pág. 194:

"Durante el peligroso escalamiento del Titlis, Bertrand se separó de sus compañeros, se sentó para descansar y se quedó paralizado por el frío. Su pensamiento sin embargo, permaneció lúcido y así pudo experimentar la sensación descripta por el doctor Wiltse del pasaje hacia el exterior del cuerpo y la subsiguiente adherencia al mismo por medio de 'una especie de cuerda elástica'. Mientras duró este estado, tuvo impresiones clarividentes de sus compañeros ausentes y no poca fue la sorpresa de éstos cuando, al regresar, les describió todo cuanto habían hecho..."

CASOS EXPERIMENTALES

Corresponde tratar ahora los casos de proyección *voluntaria o experimental.* Son éstos, como ya dije, mucho más raros y se limitan —fuera de algunos casos aislados (tal vez) mencionados en *Phantasms of the Living*— a los comunicados por Fox el la *Occult Review,* que en seguida veremos, y a algunos casos históricos algo dudosos. Existen dos libros en francés, sin embargo, que se ocupan de este tema; uno de Charles Lancelin, y el otro de Héctor Durville. Ambos versan sobre la posibilidad de "extraer", por así decirlo, el cuerpo astral del sujeto hipnotizado durante el trance. Ninguno de ellos contiene casos de auto—proyección. Se coloca al sujeto en un profundo trance

magnético o mesmeriano (a diferencia del trance hipnótico), y se le indica luego que debe, en lo posible, abandonar su propio cuerpo y alejarse cierto trecho. Sobre esta base los autores antes citados realizaron una ingeniosa serie de pruebas experimentales a fin de comprobar, en la medida de lo posible, si la separación había tenido lugar realmente.

No me detendré ahora a considerar la obra de M. Lancelin puesto que ya la he reseñado acabadamente en mi libro *Modern Psychical Phenomena* como así también *Higher Psychical Development,* y Muldoon la ha tratado extensamente en este libro. Daré, en cambio, un breve resumen de las comprobaciones efectuadas por M. Durville publicadas en su obra *Le Fantome des Vivants.*

El libro consta de dos partes: la Parte I es de carácter histórico y teórico; trata la teoría general del "doble", y hace mención de cierto número de casos antiguos y modernos que podrían considerarse como ejemplos de su manifestación.[4] La Parte II, de carácter experimental, considera los casos de proyección del cuerpo astral durante un profundo trance "magnético" del sujeto. Gran parte de este material posee un considerable interés, a la vez que concuerda con las descripciones y experiencias aportadas por Muldoon. Leemos así (pág. 189):

"El sujeto de la experiencia se encuentra constantemente en *rapport* con el "doble", gracias a la mediación de un cordón fluídico, susceptible de

alargarse... Por lo común de forma cilíndrica, suele presentar, sin embargo, el aspecto de una cinta..." En cuanto a las *ropas* del espectro, éstas parecen componerse de una especie de "gasa fluida" (pág. 215). Por medio del cordón astral (pág. 235) son transmitidas al cuerpo las diversas impresiones sensorias. De gran importancia es la cuestión de la temperatura, y la luz excesiva actúa en detrimento del cuerpo astral. Las experiencias con el dinamómetro revelaron que la fuerza muscular (prensión) del sujeto era siempre mayor después de la proyección que antes (pág. 152). La temperatura de la mano, especialmente de la derecha, por el contrario, disminuía casi invariablemente como resultado del experimento (págs. 195 a 197). Uno de los capítulos ha sido dedicado a la acción del espectro sobre, primero, el doble de otro sujeto en los casos de proyección simultánea, y, segundo, sobre el cuerpo físico de otra persona. En ambos casos parece haberse obtenido resultados positivos. Se colocaron entonces, a cierta distancia del sujeto, pantallas de sulfuro de calcio, ordenándole al espectro que se aproximase a una pantalla determinada. Al hacerlo, se intensificaba el fulgor despedido por la pantalla como consecuencia de la proximidad del cuerpo astral (págs. 275 a 280). También se informa que se logró obtener movimientos físicos de los objetos y toques, como así también el desplazamiento de la pajilla de un estenómetro situado a cierta distancia del sujeto en trance, por acción del cuerpo astral proyectado (págs. 297 a 332). En el último capítulo encontramos

detalladas las tentativas efectuadas para fotografiar el cuerpo astral y diversas radiaciones vitales por él emitidas, o por el cuerpo físico. He aquí la conclusión que arriba M. Durville al final de su libro:

1. La proyección del cuerpo astral es un hecho cierto, susceptible de ser demostrado por medio de la experimentación directa. Esto nos demuestra también que la fuerza vital es independiente de la materia y que nuestra Individualidad consta de un cuerpo físico y de un Alma inteligente, ligados por un vínculo vital, el cuerpo astral.

2. Dado que este espectro puede existir y actuar con independencia del cuerpo físico, no hay nada que impida su existencia después de la muerte. Lo cual equivale a decir que la Inmortalidad es un hecho probado científicamente.

Este trabajo, aparentemente poco difundido, de M. Durville, se halla repleto de un curioso material que, de verificarse el rigor científico de su procedencia, pasaría a constituir un pilar de la mayor importancia para la ciencia psíquica. Debemos destacar que muchas de sus comprobaciones concuerdan en forma sorprendente con las obtenidas por Muldoon. En el contexto de este libro podrán hallarse algunos comentarios críticos de estos resultados.

4: Como en loa casos registrados en *Footfalls* de Owen; *The Debatable Land,* en *Night Side of Nature* de Mrs. Crowe; algunos casos en *Phantasms of the Living;* etc.

LAS EXPERIENCIAS DE OLIVER FOX

La única recopilación, detallada y científica de una serie de proyecciones astrales conscientes y controladas por la voluntad que haya llegado alguna vez a mis manos es la de Oliver Fox, publicada en la *Occult Review,* en 1920 (págs. 256 a 264; 317 a 327). Estos artículos se titulaban, respectivamente, "La puerta pineal" y "Más allá de la puerta pineal", y compendiaban las experiencias personales del autor. Trataré de resumirlos rápidamente, citando literalmente tan solo algunos pasajes de excepcional importancia.

Con toda lógica, Fox empieza por someter alternativamente a consideración del lector dos teorías a que podría acudirse para explicar sus experiencias. Son éstas: la de los sueños excepcionalmente vívidos, por un lado, y por el otro, la de las proyecciones reales. ¿Cuál de éstas será la explicación correcta? Fox reconoce que es extremadamente difícil probar objetivamente la segunda de las teorías, considerando más prudente por consiguiente, limitarse a describir sus propias experiencias y resumir sus propios métodos de operación, en la esperanza de que otras personas puedan llegar a obtener los mismos resultados siguiendo sus consejos, y prueben a su vez, por si mismos, la realidad de la proyección astral.

El primer paso (declara Fox) consiste en adquirir cierto control onírico, si bien de *tipo* diferente el detallado en este libro. Consiste aquél en llegar a adquirir, *por la observación de alguna incongruencia o anacronismo,*

el conocimiento de que se está soñando. Cito aquí literalmente las palabras de Fox.

"Hace 18 años —era yo entonces estudiante de una escuela técnica— tuve un sueño que me impulsó a iniciar mis investigaciones. Soñé simplemente que me hallaba parado en el *exterior* de mi casa. Bajando la vista descubrí que las baldosas de la vereda habían cambiado misteriosamente de posición encontrándose ahora el lado mayor de las mismas paralelo y no perpendicular al cordón. Entonces se me impuso la solución: pese a todo lo real que parecía aquella mañana de verano, yo estaba *¡soñando!* Instantáneamente, la sensación de realidad se hizo cien veces más vívida. Jamás habían resplandecido el mar, el cielo y los árboles con tan magnífica belleza; hasta las casas más modestas parecían rodeadas de una mística hermosura. Jamás me había sentido mejor, más lúcido o más divinamente poderoso. Era una sensación exquisita, superior a cuanto puedan expresar las palabras; pero solo duró unos instantes y me desperté. Según llegué a saber más tarde, mi control mental había sido vencido por mis emociones, de modo que el cuerpo cansado hizo valer sus derechos y me obligó a regresar. Entonces se me ocurrió una nueva idea, para mí, maravillosa: ¿Sería posible disponer a voluntad de la gloria de aquel sueño? ¿Podría *prolongar* mis sueños?

"He subrayado el principio de este párrafo.5 Parece simple, pero en la práctica hallé que era una de las cosas más difíciles que imaginarse pueda. Cien veces

pasaba por alto las incongruencias más ostensibles hasta que por último, salía al paso alguna contradicción que me indicaba que estaba soñando; pero siempre la conciencia de estarlo producía el cambio descripto más arriba. Descubría que era capaz entonces de realizar a voluntad pequeños trucos como, por ejemplo, levitaciones, pasajes a través de paredes aparentemente sólidas, modelación de la materia en nuevas formas, etc.; pero en estas primeras experiencias solo podía permanecer fuera de mi cuerpo un breve lapso, y esta conciencia onírica solo podía lograrla con intervalos de varias semanas. Al principio mis progresos fueron muy lentos, pero pronto realicé otros dos descubrimientos:

"1. La acción mental de prolongar el sueño producía un dolor en la región de la glándula pineal, leve al principio, pero intensificándose luego rápidamente, y yo comprendía instintivamente que ésta era una advertencia para dejar de resistirme al llamado del cuerpo.

"2. En los últimos instantes del sueño así prolongado, y mientras experimentaba los efectos del dolor mencionado más arriba, tuve una sensación de conciencia *dual...* En el sueño podía sentirme a mí mismo de pie y ver la escena circundante, no obstante lo cual también podía sentirme, al mismo tiempo, acostado en la cama y ver mi dormitorio. Así que el llamado de mi cuerpo se hizo más fuerte, la escena del sueño comenzó a desvanecerse; pero mediante un esfuerzo de la voluntad tendiente a proseguir el sueño,

logré hacer que el dormitorio se extinguiera y que la escena onírica volviera a adquirir su aparente solidez..."

Entonces se le ocurrió a Fox: ¿Qué sucedería si, pasando por alto el dolor, tratara de llevar todavía más lejos su conciencia onírica? No sin alguna vacilación así lo hizo finalmente; entonces sintió en su cerebro una especie de "clic" y se encontró a sí mismo "encerrado" en su sueño. Ya no parecía hallarse ligado a su cuerpo físico; la sensación de conciencia dual desapareció; también se desvaneció su sentido ordinario del tiempo y se sintió libre, en medio de un nuevo mundo. Fue ésta su primera proyección consciente.

Solo duró unos momentos. Debido en parte a un sentimiento de extrema soledad, Fox experimentó una especie de pánico. Inmediatamente, otra vez más volvió a oírse el extraño "clic" cerebral y se halló de regreso en su cuerpo físico, ¡completamente cataléptico! En forma muy gradual volvió a recuperar el control de su organismo, moviendo los músculos uno a uno. "Repentinamente el trance pasó, mis ojos se abrieron y me sentí liberado. Salté de la cama con gran alegría e inmediatamente me di de bruces en el suelo, presa de náuseas. Permanecí enfermo los dos o tres días subsiguientes..."

A esta altura del relato, Fox enumera lo que a su parecer podían ser los principales peligros vinculados con estos experimentos. Helos aquí:

1. Insuficiencia cardíaca o demencia provenientes de shock.
2. Entierro prematuro.
3. Obsesión.
4. Corte del cordón.
5. Repercusión sobre el vehículo físico.

Claro está, apunta prudentemente nuestro autor, que estos tres últimos solo merecerán el desdén del hombre de ciencia ortodoxo. Podemos agregar aquí que todos estos peligros son más imaginarios que reales; en este volumen han sido tratados cuidadosamente por Muldoon.

Veamos cómo sintetiza Fox las principales características de esas proyecciones astrales:

1. El cuerpo parece estar en un estado de semirigidez que puede aproximarse considerablemente al aparente estado cataléptico ya descripto.
2. Aunque los ojos se hallan cerrados, el cuarto resulta perfectamente visible, y también la atmósfera, de modo que se tiene la sensación de contemplar pequeñas partículas de polvo iluminadas por el sol o, en cierto modo, un resplandor dorado de intensidad muy variable. Detrás de esto, por así decirlo, y precisamente en la línea límite de visibilidad, se ve algo bastante semejante a una masa de huevos de rana en vibración, de color azul grisáceo.

3. Los sonidos físicos se oyen nítidamente.

4, En este estado el sujeto es susceptible de cualquier alucinación, visión o sonido imaginables, o, desde el otro punto de vista, el sujeto se halla dotado de clarividencia y clariaudiencia.

5. En este estado, especialmente si lo confunde con la vigilia, es muy probable que caiga presa de un *miedo* extraño e irracional.

6. Posee una aguda conciencia de fuerzas atmosféricas desconocidas, algo así como el sentimiento anticipatorio de una tempestad, pero enormemente intensificado.

De acuerdo con los datos de Fox, éste nunca logró efectuar una verdadera *proyección sin una ruptura de la conciencia.* En todo momento sentía que alguien o algo lo llevaba hacia atrás. "Era como pasar al lado del Morador en el Umbral".[6] Entonces, de súbito, se le ocurrió la solución del problema: "Debía obligar a salir mi Yo Incorpóreo a través de la puerta de la glándula pineal de modo que se produjera detrás mío la ruptura esperada... En estado de trance, esto tenía lugar mediante la simple concentración del pensamiento en la glándula pineal y el vehemente deseo de ascender a través de la misma. He aquí la sensación experimentada: Mi yo incorpóreo se precipitaba hacia cierto punto de la glándula pineal, lanzándose contra la puerta imaginaria, en tanto que la luz dorada aumentaba en intensidad y la habitación toda aparecía envuelta en llamas. Si el impulso no bastaba para

hacerme salir, entonces la sensación era inversa; mi Yo Incorpóreo cedía en su propósito y otra vez volvía a coincidir con mi cuerpo, en tanto que la Luz Astral disminuía a la intensidad normal. A menudo, antes de que yo pudiera generar la fuerza de voluntad suficiente para proyectarme, debía realizar dos o tres tentativas. Era como si me precipitase hacia la locura y la muerte, pero una vez que la portezuela se había cerrado detrás mío, empezaba a gozar de una lucidez mental que con mucho superaba a la vida terrena. Y así el miedo desaparecía... Abandonar el cuerpo era entonces tan simple como salir de la cama..." (Fox, con admirable precaución científica, advierte a sus lectores que no tomen demasiado al pie de la letra lo dicho acerca de la glándula pineal, pero afirma que son éstas las sensaciones exactas y él tiene el convencimiento de que lo declarado no se halla lejos de la verdad).

En la gran mayoría de sus experiencias, Fox asegura que había un vacío en la conciencia (aparentemente durante solo unos instantes) entre su tentativa de pasar por la "puerta pineal" y su estado de plena conciencia, fuera del cuerpo físico.[7] Fox logró finalmente, sin embargo, realizar cierto número de proyecciones con plena conciencia desde el principio. He aquí sus palabras:

"Fue ésta la culminación de mis investigaciones. Ahora podía pasar de la vigilia ordinaria a este nuevo estado de la conciencia (o de la vida a la 'muerte') y regresar, sin ningún vacío mental. Es fácil decirlo, pero me llevó

catorce años alcanzarlo." Nuestro autor menciona tres tipos diferentes de "locomoción" del cuerpo astral. El primero es el *Deslizamiento Horizontal,* "alcanzado mediante un esfuerzo puramente mental", por regla general esto resulta fácil, pero cuando se siente tirar el cordón todo resulta inútil; "es como si uno forcejeara contra una cuerda elástica muy fuerte". También observó que siempre que se veía forzado a regresar al cuerpo, tenía la sensación de ser arrastrado *hacia atrás* en la dirección del mismo. (En este libro se hallarán perfectamente explicadas las razones de esta impresión).

El segundo método de la locomoción es una variante de la *levitación* muy similar al sueño típico de volar. De éste se nos dice que es "fácil e inofensivo".

El tercer método es lo que Fox llama *skrying;* parece consistir en un brusco movimiento hacia arriba, similar al de un cohete, dotado de gran velocidad. De éste se nos dice que es "difícil y peligroso". En el artículo antes citado se nos proporciona una experiencia típica al respecto.

En cuanto a los *seres* encontrados en estos viajes astrales, Fox observa, primero, la ausencia *total* de "elementales" u otros seres terroríficos, de quienes con tanta frecuencia se ha afirmado que habitaban el Plano Astral, el hecho de que casi siempre era *invisible* para ellos, aunque a veces podía sentirse su presencia. Señala, sin embargo, que nunca ha tenido suerte, pues en caso de ser visto el ente recibe un shock y se asusta, produciendo esta situación un

shock correspondiente en su propio ser, con el resultado final de arrastrarlo nuevamente, y de inmediato, a su cuerpo físico (en este libro se encontrarán expresadas con toda claridad las razones de todos estos fenómenos). En cuanto a la *escena* circundante, era ésta casi siempre similar a la que vemos en la tierra, aunque, por supuesto, eran muy frecuentes algunos episodios extraños, probablemente más frecuentes que los familiares. Un rasgo muy curioso e inusitado de las experiencias de Fox es que nunca podía ver su propio cuerpo durante la "proyección", aunque en cambio, por ejemplo, podía ver perfectamente el cuerpo de su esposa. En la medida en que a mí se me alcanza, éste es casi el único ejemplo registrado en que el "proyector" no ve su cuerpo. La regla general no es solo que lo vea sino que es éste el primer objeto visto. La experiencia de Fox resulta así, en este aspecto, casi única. En conjunto, sin embargo, sus impresiones y experiencias son perfectamente típicas y coinciden con las de otros investigadores, como veremos mejor más adelante. Desgraciadamente la falta de espacio me impide relatar la dramática y extraordinaria forma en que Fox perdió esta facultad, después de haberla adquirido con tanto esfuerzo y trabajo. En los artículos ya mencionados de los que hemos extraído esta reseña, podrá encontrarse todo esto al detalle.

[5] *Por la observación...* etc.

[6] Para el estudio de este tópico, véase Steiner: *Initiation and its Results;* también mi obra *Higher Psychical Development.*

[7] Ver el extenso examen de este punto, más adelante en este mismo libro.

ALGUNAS EXPERIENCIAS PERSONALES

Quizás resulte conveniente dar fin a esta introducción con una breve reseña de algunas tentativas de proyección astral realizadas por mí mismo hace ya algunos años. Las llevé a cabo durante mis experiencias en el campo del *Yoga.* Unas cuantas veces "deseé" presentarme a cierta dama —naturalmente en forma completamente psíquica— precisamente en el momento en que comenzaba a dormirme. La mayoría de esas tentativas resultaron frustradas, pero en tres ocasiones la dama de referencia despertó súbitamente y me vio parado en su habitación o sentado en su lecho. Permanecí visible durante escasos segundos para luego "desvanecerme en el aire". Por mi parte no tuve conciencia de ningún éxito aparente en ocasión alguna; me limitaba a despertar por la mañana como de costumbre, ignorando si había "pasado" algo o no. Estos experimentos abarcaron un período de varias semanas y casi no hace falta decir que en ninguna oportunidad de la menor indicación acerca de las horas escogidas para intentar estas "proyecciones".

Claro está que así como pueden haber sido proyecciones inconscientes reales, también pueden haber sido experiencias puramente subjetivas, iniciadas tal vez telepáticamente. Pero una de las experiencias fue realmente sorprendente y quizás deba dedicarle, por ello, mayor espacio. Debo aclarar que la joven dama en cuestión es una eximia pianista y está dotada de una memoria musical prodigiosa. Basta que ejecute o escuche un trozo musical una vez para que ya no lo olvide nunca. Este hecho es de importancia por las razones que veremos más adelante. Un día le pregunté si alguna vez había escuchado una vieja canción, "Cuando los gorriones hacen su nido", popularizada años atrás por Jenny Lind y que en mi infancia había sido una de mis tonadas preferidas. Ella me contestó que no la conocía. Entonces prometí conseguir un ejemplar de la partitura y enviárselo "alguna vez", pues tenía la certeza de que le gustaría. Eso es todo cuanto hablamos en esa oportunidad, sin asignarle al asunto más importancia. Dos noches después traté de "aparecer" ante ella y como de costumbre, me desperté por la mañana, sin saber si mi experimento había tenido éxito o no. Poco más tarde recibí una comunicación telefónica y la joven dama de referencia me informó que yo había "aparecido" ante ella la noche anterior 'en forma bastante más vívida que de costumbre' y que como consecuencia se había visto impulsada a escribir automáticamente una línea poética. Esa tarde la visité, me narró la experiencia, me mostró el verso y confieso que sufrí una verdadera

conmoción momentánea; *la poesía consistía en los versos iniciales de la canción "cuando los gorriones hacen su nido", reproducidos con absoluta precisión, si se exceptúa una sola palabra.*

Me limito a dar cuenta de este caso por lo que pueda encerrar de valor, pues no puedo proporcionar ninguna "prueba" y todo el incidente podría haber sido simplemente una notable coincidencia. Personalmente me siento inclinado a dudar que así haya sido. Sin embargo, me abstendré de insistir en ello, contentándome con anotarlo como ejemplo ilustrativo de los curiosos resultados a que puede llegarse experimentando en este espinoso terreno. Como hemos visto, otros investigadores han obtenido resultados muchos más llamativos y convincentes.

Debo finalizar ahora esta introducción. He gozado del privilegio de trabajar junto a Muldoon durante toda la redacción y preparación de este volumen; he agregado algunas notas al pie de página, de tiempo en tiempo, y sugerido ciertos experimentos convenientes o el tratamiento de algunos puntos no esclarecidos todavía; fuera de esto, la redacción del libro se debe exclusivamente a Muldoon, y es mi convicción que el mundo psíquico ha contraído con él una profunda deuda de gratitud por su espíritu de sacrificio y su determinación al emprender la tarea de escribirlo, hallándose postrado en cama con grandes dolores físicos.

Quiero hacer presente una vez más mi cabal certeza de su sinceridad, su fidelidad y su notable actitud

científica hacia sus propias experiencias. Todo lo cual, estoy seguro, se desprenderá naturalmente de la lectura del libro. Es ésta una obra de la mayor importancia; es precisamente la *clase* de libro que en todo el mundo habían estado esperando los estudiosos de la ciencia psíquica.

EXTRACTOS DE LA CORRESPONDENCIA DE MULDOON

En los siguientes extractos de algunas cartas que Muldoon me escribió, se hallará un interesante material que no ha sido incluido en el texto del libro. Ello permitirá al lector realizar un enfoque lateral sobre la psicología del autor, y, si tenemos presente de cuánta importancia es dicho factor en un caso como éste, creo que su inclusión estará así plenamente justificada. Casi no hace falta decir que estos extractos fueron realizados con el permiso de Muldoon. También de interés es la terminología empleada por el autor — tal como aparece en estas cartas y en algunas partes del libro— y constituirá un dato más sobre su ser íntimo. Muldoon me escribió estas cartas, por supuesto, durante la redacción y revisión de este libro. H. C.

FRAGMENTOS EPISTOLARES

Me pregunta Ud. si he tocado alguna vez el cuerpo físico durante mi permanencia en el cuerpo astral, ¡No!, Es difícil hacerlo. He tratado, pero siempre para encontrar que debía seguir interiorizándome, debido a la proximidad excesiva de las esferas. ¿Asistió Ud. alguna vez a una sesión de materialización tratando de retener a un "espíritu" en el momento de regresar a su mundo? Bueno, si Ud. ha experimentado alguna vez ese tremendo tirón magnético, se dará cuenta de lo difícil que es impedir la interiorización cuando uno se

acerca al cuerpo físico lo bastante para confundirse con él...

Ud. me pregunta también si he visto alguna vez durante mi permanencia en el astral algo cuya existencia yo ignorase, verificando posteriormente su existencia real. ¡Por supuesto! Esto no es nada raro durante la proyección consciente. Frecuentemente me he introducido en el interior de una casa v observado todos los objetos a mi alrededor, y he visitado más tarde esa misma casa con mi cuerpo físico, comprobando que todo era exactamente igual a como lo había visto en el astral... Pero nunca jamás en mi vida he podido tener una sola experiencia clarividente hallándome en coincidencia. La única manera posible para mí de ver astralmente ha sido siempre hallarme dentro del cuerpo astral. Dentro de mi cuerpo físico sería incapaz de ver un solo espíritu, así hubiera un millón a mi alrededor... Ver el interior de una caja no sería ningún problema, pese a que nunca he tratado de hacerlo, durante la exteriorización. Simplemente nunca se me ocurrió; pero he visto en cambio el interior de las casas, he visto a sus habitantes, etc., sin haber penetrado nunca físicamente.

En el hall de mi casa, sobre una mesa, hay un pequeño instrumento usado para marcar el tiempo mientras los alumnos aprenden música, un metrónomo. Todo lo que hay que hacer para ponerlo en funcionamiento es mover el péndulo; éste deja escuchar un ruido perfectamente audible hasta que el resorte baja. Yo duermo en una habitación contigua al

hall. La otra noche soñé que me hallaba muy cerca de este metrónomo; en mi sueño, me pareció que lo ponla en marcha. No bien lo hube soñado me desperté en mi cuerpo físico, en la cama. Un segundo después aproximadamente, el metrónomo de la pieza contigua comenzó a marcar su tic-tac-tic-tac; ahora bien, es completamente imposible que este aparato pueda ponerse en marcha por sí mismo; más aún, había permanecido en esa mesa durante meses sin que nadie lo usase. Al parecer, apenas lo toqué —en el sueño— me desperté y lo oí marchar en la pieza contigua. De no ser por el elemento tiempo, me inclinaría a pensar que yo lo había puesto en funcionamiento, hallándome en el cuerpo onírico, que, por supuesto, no es sino el astral en un estado parcial mente consciente. Sin embargo, no empezó a marchar sino en el momento en que yo desperté en mi cuerpo físico, aunque lo había puesto en marcha, durante el sueño, un instante antes. ¿Podría haber sucedido que la causa del movimiento material hubiese viajado hasta el metrónomo, —mientras yo soñaba con él— permanecido allí hasta después de hallarme consciente y haberlo puesto en marcha en ese momento? Si yo me hubiera hallado proyectado en el cuerpo astral, ¿no hubiera debido empezar a andar el metrónomo antes de mi regreso al cuerpo físico? Me pregunto si será posible realizar un acto de este tipo: mover algo hallándose en el cuerpo astral y no producir el movimiento hasta cierto tiempo después de que el cuerpo astral lo ha abandonado...

Lo que acabo de contarle fue escrito hace ya varios días. Anoche nuevamente puse en marcha el metrónomo en un sueño, exactamente en la misma forma en que lo hice la primera vez. Pues bien; he tratado de mover las cosas durante mis proyecciones conscientes pero sin lograrlo. Y lo extraño de lo ocurrido con el metrónomo es que en ninguno de los dos casos traté de hacerlo, intencionalmente, sino que la acción surgió espontáneamente. ¡Si tan solo pudiera hacerlo a voluntad! Lo que no puedo entender es esto: ¿por qué no empezó a andar el metrónomo hasta dos segundos después de haber soñado yo que lo ponía en marcha? Aquél se halla situado a unos cinco metros de donde yo duermo. Existe una pared por medio, pero, por supuesto, eso no cuenta, sí fue el cuerpo onírico el que hizo andar el aparato. Quizás, hallándonos conscientes, carezcamos de la fe o la convicción necesarias para lograr producir un movimiento material (a la inversa del caso de la sugestión consciente; vea la pág. 384 de su libro *The coming Science*) ¿no coincide en grado considerable cuanto acabo de referirle relativo a mi experiencia, con lo que allí se dice? Hay una sola cosa que me desconcierta: el elemento tiempo. ¿Por qué no empieza a marchar el metrónomo antes de hallarme yo perfectamente consciente en el cuerpo físico? Es indudable que la interiorización del espectro no requiere tiempo en absoluto mientras uno se encuentra consciente; pero asimismo esto no explicaría el elemento tiempo. Si yo soñara que lo pongo en marcha y luego, al despertarme, lo oyera

funcionar, entonces sí podría explicarse perfectamente. Pero no empieza a marchar sino cuando ya me hallo despierto...

(De una carta posterior). ¡Nuevamente el metrónomo! No, *no* fue una alucinación auditiva. Debí levantarme para detener su marcha. La segunda vez lo dejé andar, precisamente para comprobar si alguien en la casa lo oía. Y efectivamente, mi hermano lo escuchó y al cabo de unos instantes bajó a pararlo. La primera vez anduvo cinco o seis minutos, y alrededor de veinte la segunda, no es posible llamar alucinación a una realidad palpable como ésta, ¿no es cierto?

¿Le parece que corresponde mencionar este incidente como una prueba posible de que las cosas pueden ser puestas en movimiento durante el sueño, pese a que no puedo probarlo? Claro está que no podría probar que el sueño *fue* la causa real del movimiento; pero, de no ser así, ¿cómo, me pregunto, empezó a andar el aparato —inmediatamente después de haber soñado que lo ponía en marcha— si yo no tuve nada que ver con él?

Me han ordenado que no me mueva de la cama durante cuatro semanas, pero probablemente pueda seguir escribiendo, si bien a un ritmo algo lento... A esta altura ya me duele bastante la espalda, de modo que tendré que reposar un rato, por lo cual me despido de Ud. por ahora. Pronto le daré nuevos capítulos de mi manuscrito...

Esta mañana tuve una proyección accidental, mientras yacía boca abajo y a plena luz (si esto no va contra todas las leyes de la proyección, no sé qué decirle). Y esto es lo que descubrí. Al yacer boca abajo, las sensaciones experimentadas durante el movimiento por el espacio se hallan invertidas. Cuando uno se mueve para arriba, cree que está moviéndose hacia abajo. La única manera de discriminar la verdadera dirección del movimiento es por la vista. Yo hubiese jurado que me movía hacia abajo, pero al mirar comprobé que era todo lo contrario.

Hace unos días me desperté alrededor de las seis de la mañana y permanecí despierto durante unos veinte minutos. Entonces comencé a cabecear hasta que me dormí de nuevo, y soñé que me hallaba parado en el mismo sitio que había ocupado en los sueños con el metrónomo, de que ya le hablé en cartas anteriores. Soñé que mi madre estaba sentado en una mecedora y me decía: "¿Te das cuenta que estas soñando?" A lo cual contesté: "Claro que estoy soñando ¿no?" Eso puso fin al sueño y no parece sino que apenas hube dicho "Claro que estoy", me desperté en mi cuerpo físico, en la cama. Me hallaba consciente pero incapaz de moverme; no podía proferir ni un sonido ni mover los párpados. Este estado duró alrededor de tres minutos y en todo ese tiempo me temblaba el cuerpo entero, especialmente los miembros. Luego, de pronto, volví a mi condición normal. Unos segundos después sonó un fuerte golpe, como si alguien hubiera golpeado los hierros de la cama con un pesado martillo. El ruido fue tan tremendo que me zambullí

como si me hubiera asustado... Tenga Ud. presente que, desde unos dos segundos antes de que se oyera el golpe me hallaba perfectamente consciente. No había nadie por allí cerca y esto que le cuento ocurrió a plena luz. Estas manifestaciones físicas encierran un profundo interés para mí, pues nunca experimenté nada semejante con anterioridad, pero tampoco hice nada para que sucediesen; todo esto ocurrió espontáneamente, sin intervención alguna de mi voluntad.

Ud. conoce la creencia de que las materializaciones no pueden producirse sin un *círculo.* Pues bien, una vez vi materializarse tres espíritus, caminar por la habitación y ¡conversar con ellos! Mi madre estaba muy enferma y había debido guardar cama durante varias semanas. Una noche estábamos los dos solos en casa, ella acostada, bajo la influencia de la morfina; me hablaba y su conversación revelaba los efectos de la droga. Tan pronto decía cosas sensatas como empezaba a delirar. Yo estaba sentado en la pieza contigua leyendo, de frente a la puerta de su dormitorio. No hacía mayor caso de su "charla", pues ya me había acostumbrado a ella...

Leía pues, cuando repentinamente oí varias voces; una de ellas, según lo reconocí de inmediato, era la de mi abuela. Alcé la vista. Allí estaban tres espíritus perfectamente materializados caminando por la pieza en que se hallaba mi madre. En un primer momento pensé que se había levantado de la cama, pero luego vi que eran tres los seres cuyas voces había oído.

Inmediatamente reconocí a mi abuela, pero a los otros dos no los conocía. Tardé bastante antes de poder creer que esto fuera real. Entonces mi madre me llamó: "Sylvan, ven aquí, pronto; aquí están abuela, abuelo y Louís." Yo nunca había visto las dos personas mencionadas en último término, pero en cambio había conocido a mi abuela antes de su muerte.

Mi abuela era alemana y ahora hablaba en alemán. Le oí decir algo así como: *"Vot jail de young?"* Temiendo que se desmaterializara, penetré en el cuarto lentamente. Mi abuela, que estaba parada en la puerta, frente a mí, exclamó: "¡Solbun!" (No podía pronunciar "Sylvan" y cuando yo era pequeño siempre me llamaba en esa forma). Avancé hasta la puerta y le hablé. Una de las figuras pareció sumergirse en el piso. La otra también desapareció, pero mi abuela todavía estaba allí y por la expresión de su rostro me di cuenta de que deseaba que retrocediese. Entonces se desvaneció y yo me lancé hacía la puerta. Mi madre, perfectamente en sus cabales, me dijo: "¿Por qué no entraste antes?, los tres estaban materializados". Le aseguré que había visto todo a través de la puerta abierta. Efectivamente; había una luz más que suficiente tanto en el dormitorio como en la habitación en que yo había estado leyendo. Le pregunté a mi madre qué había dicho mi abuela, explicándole que yo había entendido algo así com9 "Vot fail de young?" Mi madre me contestó algo en alemán que no puedo citar, pero que suena exactamente igual a lo que yo oí y me dijo: "en alemán

quiere decir: ¿qué te pasa, querida?" La ascendencia de mi madre es mitad inglesa mitad alemana, por lo cual entiende y habla el alemán. De todos modos esto fue exactamente lo que sucedió.

Estos puntos divisorios significan que he debido detenerme para descansar, pues estar sentado en la cama me fatiga sobremanera. Pero pronto espero poder escribir con mayor regularidad. Los días pasados estuve muy débil, tanto que este lunes creí que iba a morirme... Creo que me llevará todavía algún tiempo prepararle un nuevo envío, pero trataré de hacerlo lo antes posible... Espero que me entienda la letra, pero me resulta bastante difícil escribir en la cama...

Cuando me detengo a pensar en ello, me parece casi inconcebible que la proyección astral consciente no sea universalmente conocida. Me cuesta creer que un fenómeno tan real pueda ponerse en duda y no sea aceptado al igual que los fenómenos físicos. Pero quizás yo mismo no pensara así si no lo hubiera experimentado tantas veces. *Cuando uno se proyecta conscientemente no hay duda alguna acerca de la proyección; se tiene la certeza de su realidad; se la conoce exactamente del mismo modo que se puede saber si se está sentado o no.* Podrían decirme que cuando me hallo físicamente consciente solo estoy soñando, y yo no podría probar lo contrario. Pero es evidente por sí mismo.

Nuevamente me he levantado de la cama para trabajar. Hubiera deseado sentirme mejor durante la realización del libro para poder llevarla a cabo en forma más acabada. Es lamentable que cada palabra haya representado un sacrificio para mí.

Nunca tuve una experiencia consciente fuera del cuerpo, más allá del plano terreno. Francamente, ¡no sé dónde estarán los planos superiores! Es bastante curioso, por cierto, que algunos proyectores puedan alcanzar estos planos superiores, en tanto que muchos espíritus que habitan los planos inferiores, afirman que ellos mismos no pueden hacerlo. La mayoría de los proyectores que reclaman para sí esta facultad, son tan ególatras que están convencidos de que no bien despierten, después de la muerte, habrán de encontrarse en un plano superior. Conozco una, aquí cerca de ***, que se pasa hablando de sus viajes por el mundo de los espíritus; pero dice tales cosas que un simple sueño clarividente podría explicar. Siempre está diciendo que el secreto de la proyección es un "elemento peligroso" en manos de un "ignorante", etc., etc., de modo que ¡se rehúsa a explicar la forma en que ella se proyecta...! Y creo que es aquí precisamente donde se equívoca. Es mi convencimiento que si una persona sabe cómo se hace, deberá decir exactamente el cómo, para que otros puedan a su vez, experimentar y ensayar por sí mismos. Yo no tendría cara para decirle a alguien que una cosa es demasiado peligrosa para él, y no para mí, puesto que no me creo en absoluto superior a los demás...

Le envío hoy la última remesa de manuscritos. ¿No sería interesante pedir a los lectores que comuniquen los resultados por ellos obtenidos? Quizás pudiera reunirse, en esta forma, un valioso material. Esta sugestión podría incluirse en alguna parte del texto.

CAPITULO I

CONOCIMIENTO EN LA ANTIGÜEDAD DE LA EXISTENCIA DEL CUERPO ASTRAL

"Existe un cuerpo natural (físico) y otro espiritual"; así lo dice San Pablo en su primera "epístola a los Corintios". La investigación psíquica ha establecido, también, de antiguo, la creencia de que dentro de cada ser material existe un "doble" no material, un ente secreto que coincide, con la mayor exactitud, con el organismo físico.

Son numerosos los informes, provenientes de acreditados hombres de ciencia, que prestan apoyo a la teoría de la existencia de este ser no material el "cuerpo astral" tal como ellos lo designan corrientemente capaz de separarse de su contraparte física y de existir con entera independencia de su morada material, intangible para los seres que lo rodean.

Aquí llamaremos a este enigmático fenómeno "proyección astral" o "exteriorización astral", siendo ambos términos sinónimos. Son muchos los escritos teosóficos que se han ocupado del extraño fenómeno de la proyección astral, pero pese a todo el conocimiento hasta ahora reunido apenas podemos considerarnos todavía en el jardín de infantes de la escuela del misterio.

En efecto, la exteriorización del cuerpo astral es, en realidad, el primer paso en la marcha hacia el reino desconocido que llamamos "muerte", al cual tarde o temprano todos hemos de llegar. Así pues, lector, si este oscuro fenómeno ha hecho presa alguna vez de tu imaginación, si, de pie frente a un ataúd, has contemplado el frío cadáver y en reverente silencio te has preguntado cómo ese ser hasta tan poco tiempo antes, animado de vida dotado de inteligencia, movimiento, pensamiento y habla, exactamente igual que tú que ahora lo contemplas podía haberse convertido en una simple masa inerte; si te has sobresaltado entonces al pensar que tú también habrás de convertirte un día en algo similar, entonces debe importarte la proyección astral, puesto que no es grande la diferencia que separa la proyección astral de la muerte.

Para las grandes multitudes que nunca han experimentado el fenómeno y aún para aquellos que en una forma u otra se han familiarizado con el mismo, deberá ser colocado necesariamente entre la categoría de las "teorías"; pero para el propio proyector astral consciente, la exteriorización de la contraparte no material del cuerpo físico es una gran realidad, tan evidente por sí misma como el hecho de hallarse vivo y dotado de conciencia.

Desde ya debemos advertir al lector que el autor de este libro se halla perfectamente familiarizado con el fenómeno y que ha realizado cientos de proyecciones a lo largo de un período de más de doce años,

proyecciones éstas no siempre agradables, unas veces llevadas a cabo en forma consciente y otras solo parcialmente consciente. La mayor parte del material que constituye el contenido de esta obra procede de su propia experiencia.

Después de tantos años de proyecciones astrales he podido descubrir, gracias a la realización de numerosas experiencias en este terreno, una innumerable cantidad de hechos y de hipótesis que explican esos hechos; muchos de los cuales, hasta donde llegan mis conocimientos, permanecían todavía desconocidos o no habían sido tratados, por lo menos, en forma exhaustiva por los investigadores de la ciencia teosófica.

No me es ajeno el hecho de que el mundo está poblado de escépticos, incapaces de ceder un ápice en sus convicciones y que, pese a proclamarse a sí mismos "prácticos", se hallan cerrados a las nuevas posibilidades; estos individuos solo saben pedir "pruebas", permaneciendo ciegos a la evidencia de que el Camino conducente a la "Realidad" se halla cubierto con la niebla del misterio; por eso me apresuro a declarar que si tú, lector, perteneces a esta raza sedienta de pruebas susceptibles de ser medidas y pesadas mediante el limitado instrumento de los cinco sentidos humanos, será mejor que dejes ya este libro porque no las habrás de encontrar aquí.

Claro está que el materialista rechazará de inmediato la idea de la Proyección Astral como un simple disparate. Su ídolo es la

"Razón"; ella es la luz que guía todos sus pasos. Se complace así bajo el imperio de lo que él llama "la divina antorcha de la razón". Lástima que esta divina antorcha tenga un pequeño defecto y es éste que no arroja mucha luz que digamos sobre los misterios de la vida...

La propia vida está más allá de la comprensión de la mente humana, y no digamos nada de la razón. Cuál de los cinco sentidos del Materialista es aquel que le da una comprensión de la vida, de la creación, o del pensamiento y los procesos mentales, es cosa que él ignora y sin embargo debe aceptarlo. A decir verdad, el Materialista está dispuesto a aceptar cualquier cosa sin un mayor razonamiento. En efecto, podemos examinarlo todo, analizarlo hasta el día del juicio final y volver a examinarlo una y otra vez, y sin embargo siempre resplandecerá por encima de nuestros esfuerzos lo inexplicable... Por otra parte, "No existe ningún punto en las enseñanzas teosóficas mejor establecido, conocido de más larga data, o más perfectamente probado", dice William Walker Atkinson, "que la existencia del cuerpo astral. Esta vieja doctrina de los Antiguos Ocultistas encuentra hoy su corroboración en los experimentos e indagaciones de los Investigadores Psíquicos Modernos.

"El Cuerpo Astral correspondiente a cada persona es una réplica exacta del cuerpo físico del individuo. Está compuesto de una fina materia etérea y se halla de ordinario en el interior del cuerpo físico. Por lo común, la separación del cuerpo astral de su equivalente físico

tiene lugar solo con extrema dificultad, pero en el caso de los sueños, esfuerzos mentales grandes, y en ciertas condiciones de naturaleza oculta, el cuerpo astral puede llegar a desprenderse y realizar largos viajes, desplazándose a una velocidad solo superada por la de las ondas luminosas.

"En estas salidas se halla siempre ligado al cuerpo físico por medio de una especie de larga película. Si este vínculo llegara a romperse; el individuo moriría instantáneamente. Pero en los planos ordinarios de operación no se ha oído nunca, prácticamente, de ese fenómeno.

"El cuerpo astral sobrevive largo tiempo al físico, pero con el tiempo llega a desintegrarse completamente. Sucede a menudo que merodea por el lugar donde yace el cuerpo físico, pudiendo ser confundido con el espíritu de la persona fallecida, aunque solo se trata en realidad de una simple envoltura, un recubrimiento exterior más fino que el físico, del verdadero espíritu.

"Frecuentemente el cuerpo astral de una persona próxima a morir se proyecta hacia los amigos o seres amados, algunos instantes antes de la muerte física, debido probablemente al vehemente deseo del moribundo de ver y ser visto antes de partir. El cuerpo astral suele viajar, alejándose de su envoltorio físico, en los fenómenos Psicománticos, y visita lugares lejanos, percibiendo todo cuanto allí acontece.

"También abandona el cuerpo durante los sueños que se conocen con el nombre de Psicománticos, o por

acción de las drogas, o en algunas de las fases más profundas de la hipnosis; en todos estos casos puede visitar extraños lugares y mantener, incluso, conversaciones mentales con otros cuerpos astrales o con otros entes incorpóreos. El carácter fragmentario y desordenado de los recuerdos que de estos sueños se conserva se debe a que, durante los mismos, el cerebro no recibe las impresiones transmitidas con toda perfección, o en razón de una falta de práctica, desarrollo, etc.; el resultado es siempre una especie de placa fotográfica velada".

Parto del supuesto de que el lector ya se ha convencido de la realidad del fenómeno, o que por lo menos le interesa lo bastante para aceptar la hipótesis. No discutiremos aquí la cuestión del espiritismo en general, pues ello no contribuiría a solucionar los problemas de la proyección astral; existen sobre el tema, además, innumerables volúmenes escritos por personalidades mucho más autorizadas que yo.

En este tratado nos ocuparemos principalmente de ciertas peculiaridades del cuerpo astral que tienen lugar mientras gozamos de vida física; y si bien es cierto que el cuerpo astral existe durante y después de la muerte —como ya dije antes— ya otros se han ocupado de su supervivencia, de modo que nuestro interés se dirigirá al estudio del cuerpo astral en su actividad previa a la separación definitiva de su equivalente físico.

Nos llamamos seres vivos, pero en realidad la parte material de nuestro organismo no es más viva que una piedra. Es la energía que se encuentra detrás del mecanismo físico lo que realmente tiene "vida". Los propios nervios carecen de vida —si la tuvieran, habríamos enterrado más de un cuerpo con vida—; es la energía neural la que nos anima y el cuerpo astral es el condensador de la energía nerviosa que utilizamos.

"¡Cómo!" exclamará el lector, "entonces el cuerpo astral existe siempre". ¡Claro que sí! Son muchos los autores que, al tratar de la proyección astral, han manifestado su impresión de que el cuerpo astral consiste en un proceso mental; pero no es ése el caso. Si así fuera, ¿cómo podría un individuo muerto repentinamente, procurarse instantáneamente su cuerpo astral? Además, nadie podría poseer un cuerpo astral después de la muerte, salvo el individuo lo bastante afortunado para haber oído alguna vez del "proceso mental creador".

Así es lector, y tú, en este mismo momento, estás usando tu cuerpo astral; él se halla afinado, podría decirse, para armonizar con las vibraciones naturales de la sustancia material. Ahora bien; existen factores capaces de bajar el tono o de elevarlos; y aquellas fuerzas que pueden alterar la armonía existente son las mismas que provocan la salida del cuerpo astral.

El cuerpo astral coincide con el físico en todo momento. Puesto que ambos cuerpos se componen de "sustancias", es evidente que ambos tendrán

idéntica forma; de este modo, el espectro es, por su aspecto, un duplicado exacto del cuerpo físico. En el momento de lo que llamamos "muerte", el astral conserva su semejanza con el físico, pero al cabo de no mucho tiempo, va evolucionando hasta constituir un espíritu de composición mucho más refinada.

La esfera de vibraciones a que nuestra existencia terrena se halla limitada no abarca toda la creación; por consiguiente, permanecemos ignorantes de las vastas realidades que nos circundan. Cuando el espectro astral (cuyos ojos usas ahora, lector, al leer estas líneas) sea hábilmente afinado y elevado su registro —lo cual puede lograrse— esos ojos podrán ver otras cosas además de los objetos familiares y el cuerpo astral podrá liberarse del físico. El hecho de que los ojos, después de la proyección, sean todavía capaces de ver, además de los seres astrales las cosas terrenas, nos muestra también que el campo de vibración ha aumentado.

Esto podría parecer paradójico a quien esté acostumbrado a la idea de que la mente consciente forma parte del mecanismo físico. En realidad el cuerpo material carece de mente en absoluto, pero se aferra al astral, por así decirlo, que constituye el "yo" real y mediante el cual funciona realmente la mentalidad consciente. Es erróneo atribuir al ser astral una súpermentalidad pues no la tiene. La mente consciente, como es sabido, es la mente del cuerpo astral. Tu mente normal, lector, tu mente consciente y

todo cuanto ella contiene, es TU SER, todo lo que eres como individuo, ahora y por toda la eternidad.

Existe, sin embargo, cl Subconsciente; esa vasta e insondable súperinteligencia, próxima a lo omnipotente, y sin embargo, no la concebimos como lo individual, a diferencia de la conciencia. Los más de los que creen en el "espíritu" tienen cierta tendencia a pensar que el despertar en el campo astral equivale a verse dotado de todas las facultades del subconsciente, pero no es así. En efecto, el subconsciente mantiene con el ser exteriorizado prácticamente la misma relación que con el interiorizado (dotado de vida física).

Supón lector, por ejemplo, que tu cuerpo físico muriera en esto mismo instante. Te encontrarías entonces en los dominios astrales, todavía inalterado, no como un ser súperinteligente, sino exactamente con la misma mentalidad que antes, ni más ni menos. Y esto es algo que no debe olvidarse: el cuerpo físico no es más que materia desprovista de inteligencia, y hace las veces de una capa con respecto al cuerpo astral.

Es lógico suponer que al tiempo del nacimiento, el astral —el Yo— adquiere su existencia por medio de la omnipotente inteligencia que es, fue y será, mientras la mente consciente de este cuerpo solo es una página en blanco lista para recibir impresiones, para aprender y crecer.

No importa en qué etapa de la vida sobrevenga la muerte; nuestra conciencia total, al fin de la existencia

terrena, es la misma que poseemos después de la expiración física.

Mi PRIMERA PROYECCION ASTRAL CONSCIENTE

Teniendo siempre presente el hecho de que el astral es el Yo real y vivo, mientras que el físico solo es una especie de envoltorio, pasaremos ahora a considerar lo que ocurre realmente cuando tiene lugar una proyección astral. Para ello describiré la primera proyección consciente que yo experimenté. Debe tenerse en cuenta, sin embargo que no todas las experiencias son iguales y que si, siguiendo las reglas de este arte, que más adelante detallaremos, el lector logra proyectarse, es muy posible que su experiencia no coincida en todos sus aspectos con la descripción que aquí doy de las mías.

Era yo a la sazón un chico de doce años, poco preocupado por los problemas más serios de la vida. Pese a que otros miembros de mi familia habían realizado en cierta medida estudios de lo oculto, no sabía prácticamente nada por entonces, de la vida superior. Había oído, sí, que vivimos después de la muerte, pero eso era todo cuanto sabía al respecto y ni aún eso era objeto de preocupación para mí.

Tras la lectura de algunos libros de espiritismo mi madre, impulsada por la curiosidad y el deseo de determinar si todo aquello eran hechos verdaderos o

ficticios, decidió visitar el campamento instalado en el valle del Misisipí de la Asociación espiritista de Clinton, Iowa. Yo la acompañé, junto con mi hermano menor, y allí tuvo lugar el hecho que ahora relataré.

Aquella noche nos retiramos a hora temprana, alojándonos en una casa donde estaban parando media docena de médiums famosos. Alrededor de las 10:30 de la noche me dispuse a dormir, exactamente con la misma naturalidad que siempre, entregándome al sueño durante varias horas. Al cabo de este tiempo me di cuenta de que me estaba despertando lentamente, aunque aparentemente no podía volver a dormirme ni tampoco despertarme por completo. En medio de este desconcertante sopor, supe (en mi interior) que yo existía en alguna parte, de alguna manera, en un estado impotente, silencioso, oscuro e insensible.

Y sin embargo todavía me mantenía consciente; era ésta, en verdad, una desagradable contemplación del ser. Nuevamente lo repito: era consciente de que existía, pero dónde, eso era, al parecer, lo que no podía comprender. Mi memoria no podía ayudarme en esto. La estupefacción que se experimenta al despertarse bajo la influencia de un anestésico es muy semejante. Estaba convencido de que me hallaba en vías de despertarme de un sueño natural en forma natural, y sin embargo no podía seguir más allá. Un único pensamiento dominaba mi mente: ¿dónde estaba yo? ¿dónde estaba?

Gradualmente —a mí me pareció una eternidad, pero en realidad solo debe haberse tratado de un corto intervalo— me torné más consciente del hecho de que me encontraba reclinado en alguna parte. A estas ideas medianamente claras siguieron ideas algo más nítidas y a poco creí saber que me hallaba recostado en una cama, pero sintiéndome todavía desconcertado en cuanto a mi ubicación exacta. Traté de moverme, de determinar en qué medio me hallaba, para solo comprobar mi impotencia, como si hubiese estado adherido al objeto sobre el cual descansaba. *Adherido,* ésa era la sensación exacta. Si uno se encuentra consciente al comenzar la exteriorización, es frecuente sentirse como pegado, sujeto, en una completa inmovilidad.

Lo peculiar de este fenómeno es que uno pueda estar consciente y sin embargo, incapacitado de moverse. Yo llamo a este estado "catalepsia astral", pues no existe ningún término para designarlo. Más adelante estudiaremos al detalle la catalepsia astral. Basta decir por ahora, que la catalepsia astral puede hacerse presente ya sea con o sin el funcionamiento de los sentidos y con o sin conciencia, pues la catalepsia astral es un control subconsciente directo.

Finalmente cesó la sensación de adherencia, pero solo para ser reemplazada por otra igualmente desagradable, a saber, la de flotar. En todos sus puntos simultáneamente, todo mi cuerpo rígido —creí entonces que era el cuerpo físico, pero en realidad se trataba del astral—comenzó a vibrar a gran velocidad

en la dirección vertical y sentí una tremenda presión sobre la nuca, en la región del bulbo raquídeo. La presión, sumamente intensa, era ejercida con impulsos regulares, como si su fuerza hubiera hecho pulsar mi cuerpo entero.

Todo esto me pareció a mí una especie de extraña pesadilla sumido como estaba en la más profunda oscuridad, pues no sabía entonces, por supuesto, lo que en realidad estaría ocurriendo. En medio de este *maremagnum* de extravagantes sensaciones —vibraciones, flotamiento, zigzagueos y tirones de la cabeza— comencé a escuchar algunos sonidos familiares, aparentemente remotos. El sentido del oído empezaba a funcionar. Traté de moverme, pero todavía en vano, como si me hubiese hallado presa de una misteriosa fuerza sobrenatural.

A la recuperación del sentido del oído siguió inmediatamente la del sentido de la vista. Cuando pude ver, quedé más que asombrado.

No hay palabras que puedan describir mi azoramiento. ¡Estaba flotando! Estaba flotando. En el aire, con rígida horizontalidad, a unos pocos pies de la cama. Ahora pude captar la habitación y mi ubicación exacta. Las cosas presentaban un aspecto neblinoso al principio pero comenzaban a aclararse. Sabía muy bien donde estaba, pero no podía explicarme mi extraño comportamiento. Lentamente, zigzagueando todavía bajo la fuerte presión sobre la nuca, avanzaba en dirección del cielo raso, siempre situado

horizontalmente e incapaz de determinación voluntaria.

Naturalmente, creía que éste era mi cuerpo físico, tal como siempre lo había conocido pero que misteriosamente había empezado a desafiar la gravedad. Demasiado increíble para que lo comprendiera, era, sin embargo, demasiado real para negarlo; en efecto, hallándome consciente, en pleno uso del sentido de la vista, no podía dudar de mis facultades. Sin intervención de mi voluntad, a una altura de algo menos de dos metros sobre la cama, como si el movimiento hubiera sido conducido por una fuerza invisible presente en el espacio, pasé de la posición horizontal a la vertical, quedando finalmente colocado de pie sobre el piso de la habitación. Allí permanecí durante unos dos minutos, incapaz todavía de moverme voluntariamente, la vista fija hacia adelante. Me encontraba todavía bajo el efecto de la catalepsia astral.

Entonces desapareció la fuerza que me controlaba. Me sentí liberado, percibiendo tan solo la tensión en la nuca. Di un paso y la presión aumentó al instante, desviando mí cuerpo en un ángulo agudo. Me las compuse para girar sobre mí mismo. ¡Había dos yo! Ya empezaba a creer que me había vuelto loco. Otro "yo" parecía descansar tranquilamente sobre la cama. Me resultó difícil convencerme de que esto era real, pero mi lúcida conciencia no me permitía dudar de lo que mis ojos veían.

Mis dos cuerpos idénticos se hallaban unidos por medio de un cable elástico, uno de cuyos extremos estaba sujeto a la región del bulbo raquídeo del individuo astral, en tanto que el otro extremo caía entre los ojos del cuerpo físico yacente. Este cable se extendía a lo largo de los dos metros que nos separaban. Todo este tiempo me resultaba difícil mantener el equilibrio, oscilando primero hacia un lado y luego hacia el otro.

Ignorando el verdadero significado de mi condición, mi primer pensamiento, al ver este espectáculo, fue que me había muerto durante el sueño. No sabía entonces que la muerte sobreviene únicamente tras la ruptura del cable elástico. Avancé con esfuerzo bajo la influencia magnética del cordón, hacia los seres terreros consanguíneos que dormían en la habitación contigua, con la esperanza de despertarlos y hacerles saber la terrible nueva. Intenté abrir la puerta, pero de pronto me encontré atravesándola. Un nuevo milagro para mi mente no poco confundida.

Yendo de un cuarto a otro, traté fervientemente de despertar a los dormidos ocupantes de la casa. Los llamé, los sacudí, me aferré a ellos, pero mis manos pasaban a través de sus cuerpos como si solo hubieran sido vapores. Comencé a gritar. Quería que ellos me viesen; pero eran incapaces incluso de percibir mi presencia. Todos mis sentidos parecían normales salvo el del tacto. Aparentemente, no podía realizar ningún contacto con las cosas, como en mi vida anterior. Un automóvil pasó frente al hotel y lo

pude ver y oír perfectamente. Pasado un rato, el reloj dio las dos y al mirarlo vi que era efectivamente esa hora.

Comencé a vagar por el lugar, lleno de ansiedad, esperando que al llegar la mañana alguno de los que ahora dormían se despertase y me viese. Según recuerdo, anduve por las distintas piezas durante unos quince minutos, cuando percibí un acentuado aumento en la resistencia del cable. Ahora me arrastraba cada vez con más fuerza. Bajo la acción de esta fuerza comencé a zigzaguear nuevamente y pronto descubrí que era arrastrado de regreso al cuerpo físico. Una vez más me encontré incapacitado de moverme. Una vez más me hallaba en manos de una fuerza invisible, tremenda, todopoderosa. Me hallaba en estado de catalepsia, otra vez volví a adoptar la posición horizontal directamente encima de la cama.

Fue exactamente el proceso inverso del que había experimentado al elevarme sobre la cama. Poco a poco el espectro descendió, vibrando nuevamente al así hacerlo, y luego cayó bruscamente, entrando una vez más en coincidencia con el cuerpo físico. En el momento de la coincidencia, todos los músculos del cuerpo se estremecieron y experimenté un dolor punzante como si me hubiesen desgarrado en dos mitades. Nuevamente poseía vida física; perduraban todavía en mí los efectos del terror y el desconcierto, y durante toda esta experiencia me había mantenido absolutamente consciente.

*

Con posterioridad a esta aventura que acabo de relatar, experimenté cientos de nuevas proyecciones, con innumerables variantes de las sensaciones acotadas más arriba, pero describiendo el movimiento corporal siempre la misma trayectoria seguida en aquella primera experiencia. Aunque la repetición trae consigo como consecuencia natural una mayor perfección, fue aquélla, sin duda, una de las más insólitas proyecciones de iniciación registradas, en cuanto a la lucidez consciente se refiere puesto que su nitidez no ha sido siquiera alcanzada muchas veces ni aún por médiums conocidos.

Si bien es mi opinión personal que yo me encuentro dotado de un oculto poder natural para proyectar mi ser interior fuera del cuerpo, también me inclino a atribuir el carácter extraordinario de esta primera exteriorización consciente al hecho de que en las habitaciones contiguas a aquella que yo ocupaba se hallaban durmiendo varios médiums. Es un hecho, como la mayoría de los estudiosos de lo oculto lo saben, que puede establecerse una línea de fuerza entre determinadas personas en beneficio de otra persona. Más adelante volveré sobre este punto en la medida en que se relaciona con este fenómeno.

En mi descripción omití, de intento, muchos detalles sobre los cuales habré de detenerme solo cuando hayamos avanzado más profundamente en nuestro estudio. Largo en verdad es el cuento que podría narrarse de la vida en el plano astral, de la relatividad terrena, de la asociación de espectros, etc.; sin

embargo no hay enfoque susceptible de ser reducido a lápiz y papel que pueda expresar con fidelidad todo aquello. Pospondré pues mi tentación de explayarme sobre este punto, a fin de realizar una exposición más analítica del fenómeno de la exteriorización astral de las formas de su producción.

Sin duda la primera objeción que levantará el escéptico, y aun algunos de los investigadores de lo sobrenatural, contra el proyector consciente, es que éste no abandona en realidad su cuerpo físico, sino que cuanto pretende haberle sucedido no es sino un *sueño* indeleblemente grabado en su memoria. Solo cabe una respuesta a esta ridícula suposición. Si una persona no sabe cuándo se halla dotada de conciencia, entonces habrá que someterlo, por cierto, a un test de salud mental.

El argumento es éste: "pues bien, Ud. puede haber soñado todo eso. En su sueño Ud. puede haber creído que se hallaba plenamente consciente". Pero éste es el reverso del razonamiento correcto. Bien puede suceder que en un sueño ignore un individuo que se halla inconsciente, pero cuando posee conciencia, entonces *sabe* positivamente que no está soñando. ¿Por qué? Simplemente porque poseemos un claro discernimiento del presente y del pasado cuando nos hallamos conscientes. Por eso debe descartarse desde ya la idea de que la proyección astral consciente pueda ser una reminiscencia onírica.

Pero sigamos adelante. De cuanto hemos dicho antes hemos podido extraer un cuadro mental bastante

completo de una proyección del cuerpo astral, con la participación de la conciencia desde el mismísimo principio hasta el final del proceso. No es siempre éste el caso, sin embargo, sino más bien una excepción que rara vez se presenta en la experiencia corriente. La conciencia, en realidad, puede surgir en cualquier momento o en cualquier lugar o en cualquier posición durante el proceso. Puede alternar con la inconsciencia y puede suceder que nunca participo del acto en absoluto.

Por regla general, cuando la conciencia interviene, lo hace a partir del momento en que el cuerpo se ha separado y comienza a caminar, permaneciendo totalmente ajena al proceso anterior. Siendo éstos el tiempo y lugar más comunes para la intervención de la conciencia, son también los más convenientes; en efecto, se eliminan de este modo las desagradables etapas preliminares —mencionadas en la descripción anterior— que asaltan la conciencia del sujeto.

Las fases elementales —la catalepsia bajo control subconsciente, el zigzagueo y la sensación de flotar— no son nada agradables para ser experimentadas conscientemente (aunque con la práctica uno termina por acostumbrarse a ellas). No obstante, debe recordar que estas actividades previas siempre tienen lugar (siempre que, por supuesto, la exteriorización se produzca con el cuerpo físico en estado de trance en posición yacente horizontal), ya sea que el sujeto se halle o no desprovisto de conciencia.

CAPITULO II

CATALEPSIA ASTRAL

Hemos hecho mención de la catalepsia astral y dado que ésta es la causa de muy diversos fenómenos atribuidos a otros factores, será conveniente estudiarla más a fondo. Todos nosotros hemos oído hablar de la catalepsia. Webster la define como: "Una repentina suspensión de las sensaciones y de la volición, con rigidez muscular." Así es efectivamente, cuando el cuerpo astral se halla en coincidencia con el físico; pero la catalepsia es el control subconsciente del cuerpo astral y puede existir con independencia del organismo físico, como quedó demostrado en la experiencia descripta más arriba. Durante la catalepsia, el cuerpo astral adquiere una característica de conformación que bien pudiéramos describir con la palabra "rígida", puesto que no se diferencia apreciablemente del estado presentado por el cuerpo físico durante la rigidez cataléptica.

Cuando un individuo presenta una catalepsia física, ello significa que su cuerpo astral también padece catalepsia. Todos nosotros hemos visto demostraciones de casos de hipnosis en que un sujeto, bajo los efectos de la rigidez cataléptica, es suspendido horizontalmente, apoyándole los talones y la cabeza en dos soportes; no solo puede mantenerse en esta posición, sino que incluso puede colocarse una gran piedra en el centro del cuerpo y golpearla

con un martillo hasta hacerla pedazos, sin que el cuerpo ceda por ello en su rigidez. Es la catalepsia del cuerpo astral el origen de la catalepsia física.

Una vez exteriorizado el espíritu y reducido momentáneamente a la impotencia bajo los efectos de la catalepsia, el subconsciente puede operar libremente. Este es un ejemplo patente de la sabiduría de la súperinteligencia. Todos nosotros sabemos lo difícil que es llevar un cuerpo vivo a la posición vertical, y lo fácil que resulta, en cambio, si el cuerpo se halla rígido y desprovisto de resistencia. Al parecer, el subconsciente saca provecho de esta ley. Aun cuando el cuerpo astral se encuentre bajo control cataléptico, la mente consciente puede seguir funcionando, por lo menos parcialmente; pero por regla general su funcionamiento se halla paralizado mientras dura este estado.

La catalepsia astral gobierna todos los movimientos desde el comienzo de la exteriorización hasta el momento en que el espíritu asume la posición vertical. No es raro que el espíritu permanezca parado cierto tiempo antes de verse liberado. Algunos proyectores solo alcanzan este punto sin llegar nunca a liberarse.

En caso de que la interiorización se produzca antes de la liberación del estado cataléptico no puede hablarse de una proyección realmente completa. Durante la misma el cuerpo se caracteriza por su inestabilidad y sus oscilaciones en todo sentido. Para considerar completa una proyección es necesario que el espíritu

logre liberarse de la catalepsia. En la etapa de la interiorización, en una proyección completa, la catalepsia vuelve a hacerse presente en el momento en que el cuerpo se halla listo para pasar de la posición vertical a la horizontal.

TIPOS DE PROYECCIONES

Existen tres clases de proyección que podrían clasificarse como consciente, parcialmente consciente, e inconsciente. Esta última clase (inconsciente) incluye dos formas distintas del fenómeno. La primera, lo que podríamos llamar amovil; la segunda ¡sonambúlica! La proyección astral inconsciente amóvil no es otra cosa que la catalepsia astral inconsciente en la posición perpendicular o de pie. Es frecuente que el proyector llegue a esta posición, tal como se ha mostrado en los párrafos anteriores.

Del mismo modo que dentro de la categoría de proyecciones inconscientes encontramos dos tipos de fenómenos, el amóvil y el móvil (sonambúlico), también dentro de la clase consciente de proyecciones aparecen los tipos amóvil y móvil. La única diferencia entre los tipos móvil y amóvil inconscientes y los conscientes móvil y amóvil es que, en esos últimos, el sujeto se halla despierto. Es evidente que el tipo amóvil siempre precede al móvil en el cual puede transformarse.

SONAMBULISMO ASTRAL

Así como existe el sonambulismo del cuerpo físico, también existen personas que caminan, durante el sueño, en su cuerpo astral. Podemos llamar a este fenómeno "sonambulismo astral". Es ésta una fase de la proyección inconsciente más avanzada que la correspondiente al estado inconsciente amóvil. Es la fase en que el espíritu se libera de la catalepsia, pero permaneciendo inconsciente; es mucho más común de lo que se cree generalmente.

Muchos médiums viajan en el cuerpo astral durante el sueño, pero nunca llegan a adquirir conciencia de ello, permaneciendo, por consiguiente, ignorantes del fenómeno. Expresé más arriba que cuando hay intervención de la conciencia, ésta tiene lugar, en la mayoría de los casos, mientras el sujeto se halla parado en estado cataléptico o bien en sonambulismo astral. Una de mis experiencias más frecuentes ha sido siempre adquirir conciencia en pleno sonambulismo astral. Exactamente como en el sonambulismo físico, la mente subconsciente controla al cuerpo vagabundo.

INTERRUPCIONES CONSCIENTES DURANTE EL SONAMBULISMO ASTRAL

Con intervalos espaciados durante todo el sonambulismo astral, la mente dormida, inconsciente, puede tornarse activa durante un lapso sumamente pequeño, o parcialmente consciente durante un período más largo. Al producirse estos intermitentes relámpagos de "lucidez", el sujeto registra confusas escenas y sonidos que al día siguiente puede recordar como un incoherente conjunto de impresiones fantasmales.

Existe incontable número de variedades diferentes de sonambulismo interrumpido. El funcionamiento perfecto o imperfecto de los sentidos, sumado a los innumerables grados de conciencia, producen naturalmente diversas impresiones sobre la memoria, acordes con la proporción relativa del grado de conciencia y del uso de los sentidos. Es evidente que cuanto más normal sea el funcionamiento de los sentidos y el estado de conciencia, tanto más verídicas serán las impresiones y consiguientemente, su recuerdo ulterior.

¿A quién no le ha sucedido visitar un lugar enteramente desconocido y al contemplarlo, recibir, a través de un conglomerado de impresiones desvaídas, la sensación de haber estado antes en ese mismo lugar? Y sin embargo, sabemos perfectamente que nunca habíamos estado allí. Una explicación posible

sería atribuir esta especie de reconocimiento al hecho de haber visitado previamente aquel lugar en un estado de sonambulismo astral interrumpido. La mente subconsciente, contemplativa, futura, proyecta a veces el cuerpo astral hacia lugares que el sujeto visitará más tarde en su ser físico. Con mucha más frecuencia, sin embargo, es la percepción clarividente y no la proyección, la que tiene a su cargo esta tarea.

Las interrupciones conscientes durante la proyección astral no se limitan, en modo alguno, al estado sonambúlico, pues también pueden ocurrir durante la etapa inconsciente amovil. Es fácil comprender que si el cuerpo se halla en estado sonambúlico cuando sobrevienen esos relámpagos de la conciencia, el recuerdo posterior de estas fugaces impresiones será un grabado heterogéneo de un medio circundante en continuo cambio. En tanto que si el cuerpo se halla en la condición amóvil, el recuerdo posterior será uno solo y específico. No todos los que llamamos sueños obedecen a interrupciones conscientes sino solamente algunos de ellos. Más adelante indicaré la relación existente entre la proyección astral y los sueños.

PROYECCION A DISTANCIA

Otra forma característica del fenómeno que venimos estudiando es la proyección a distancia. El cuerpo astral se separa de su duplicado físico y viaja hasta algún lugar distante en estado inconsciente aun que a veces puede tornarse consciente en ese lugar por un

breve lapso. Por lo general, mientras se mantiene despierto el médium ordena a su subconsciente que lo envíe al lugar remoto donde desea ir, a fin de contemplar las escenas y acontecimientos que allí se desarrollan Aquí empieza a desempeñar su papel el trance. Al despertar nuevamente, el médium tiene conciencia de haber estado en el lugar deseado, pero raramente guarda recuerdo alguno de haber realizado el viaje.

En estos casos no se recuerda la verdadera distancia cubierta porque al parecer, el viaje se desarrolla con la velocidad de la luz, hallándose el sujeto siempre inconsciente. Como es natural, la verdadera distancia recorrida, y los seres en ese espacio comprendidos, no quedan registrados conscientemente en la mente del sujeto. Existen casos de proyectores a distancia que han sido vistos en el cuerpo astral —a gran distancia del físico— por otros médiums.

Autoridad tan eminente como William T. Stead narra el caso de una dama de su conocimiento, especialmente dotada con la facultad de proyectarse a grandes distancias, materializándose en el lugar elegido. Con la práctica llegó a convertirse en una fuente de preocupaciones y disgustos para sus amigos, pues en cualquier momento podía hacerles una inesperada visita y materializarse, con el consiguiente susto de sus relaciones. Naturalmente, en casos como éste, lo que pensaban de inmediato es que la amiga había muerto y lo que ellos veían era su "fantasma". Las visitas llegaron a tornarse tan frecuentes, sin embargo,

que sus amigos, finalmente familiarizados con el fenómeno, llegaron a apreciarlo en todo cuanto de interés y maravilla encerraba.

Muchas de las llamadas proyecciones a distancia no son, probablemente, proyecciones en absoluto, sino creaciones subconscientes del propio médium, puesto que únicamente el subconsciente puede captar visualmente una escena distante con un efecto equivalente al de la contemplación por parte del cuerpo astral consciente durante sus viajes. Un autor se ha expresado como sigue, con respecto a la "visión a distancia":

"La vista así obtenida de una escena distante se parece en muchos aspectos a la que proporciona un telescopio. Las figuras humanas suelen verse muy pequeñas, como si estuviesen colocadas en un escenario distante; pero pese a su tamaño diminuto, su aspecto es nítido, tan nítido como si estuvieran a pocos centímetros de distancia. A veces también es posible, por medio de este método, escuchar lo que se dice, al tiempo que se ve lo que se hace; pero como en la mayoría de los casos no se presenta este fenómeno, debemos considerarlo más bien como la manifestación de una facultad adicional y no como corolario necesario de la facultad de la vista."

"Debe observarse que en los casos de este tipo, el clarividente no abandona realmente el cuerpo físico, sino que se limita a procurarse para sí una especie de telescopio psíquico. Por consiguiente goza del

beneficio de su capacidad psíquica mientras examina la escena distante; así por ejemplo, su voz suele describir lo que ve, aún en el mismo momento de estar haciendo la observación."

LAS TRES VELOCIDADES DE TRASLACION DEL FANTASMA

Existen tres velocidades según las cuales puede viajar el fantasma La primera es la velocidad normal o natural, utilizada por el sujeto cuando se halla dotado de conciencia y en libertad de moverse por su vecindad inmediata, o bien en estado de sonambulismo astral. Entonces se limita a caminar.

En la segunda o velocidad media, el sujeto se desplaza sin esfuerzo con mayor rapidez que a la velocidad normal, pero no tan rápido que llegue a perturbar la percepción. Cuando el sujeto se desplaza con esta velocidad media no tiene la sensación de moverse sino más bien de que las cosas avanzan hacia él, atravesándolo o pasando por su lado, exactamente del mismo modo en que pasan los campos y cercos cuando marchamos en un tren rápido.

El fantasma no parece pasar a través de la puerta, sino más bien la puerta a través del fantasma. El cuerpo astral arroja una estela de luz (centellas) que cubre unos sesenta centímetros a sus espaldas y lo sigue cuando éste se mueve con velocidad media.

Estas centellas, de aspecto fosforescente —que da al cuerpo astral su color característico— siguen detrás del mismo, al igual que las luminosas cabelleras de las "estrellas fugaces". Esta velocidad media le permite al sujeto recorrer distancias considerables en poco tiempo sin pérdida de su conciencia.

La tercera es la velocidad de desplazamiento supranormal, un vértigo más allá de toda comprensión. Siempre que tiene lugar, el sujeto se halla inconsciente, y gracias a ella puede recorrer vastas distancias.

Está más allá de toda posibilidad recorrer tan enormes distancias a esa velocidad y al mismo tiempo tener cabal idea de las mismas, pues la mente consciente piensa con demasiada lentitud y antes de que pudiera formular un solo pensamiento con claridad, el objetivo ya habría sido alcanzado.

Lo que acabamos de decir con respecto a las tres velocidades con que puede desplazarse el cuerpo astral proyectado se aplica también a los seres astrales permanentemente separados de los correspondientes seres físicos (los muertos). Hay quienes sostienen que todo viaje del cuerpo astral en proyección siempre tiene lugar a una gran velocidad. Pero esto solo ocurre cuando el espíritu se dirige hacia un lugar muy distante. En otras ocasiones puede emplearse la velocidad media de desplazamiento, y no faltan tampoco las oportunidades en que el espíritu en

libertad prefiere comportarse en forma análoga a la corriente en la vida física, con todas sus peculiaridades de paso, balanceo y porte.

LA ENFERMEDAD COMO ESTIMULO DE LA PROYECCION

No debe suponerse que la proyección solo tiene lugar durante el sueño natural. También puede producirse cuando el sujeto se halla prácticamente en cualquier estado de inconsciencia. Cuando el sujeto presenta un estado patológico, especialmente aquellos estados que suponen necesidad de reposo o sueño, no solo puede ocurrir la proyección si no que es frecuente que tenga lugar.

Es un hecho que cuanto más se debilita, languidece y se enerva el cuerpo físico, tanto más fácil es que el equivalente astral se desprenda de él; en efecto, en estos casos la resistencia material que obstaculiza el impulso interior hacia la separación disminuye considerablemente. Es indudable que en el momento de la muerte, mucha gente ya se encuentra erguida en su cuerpo astral, aún antes de que el cuerpo físico haya exhalado su último suspiro, aunque muy bien puedan no ser conscientes de ello.
Es mi firme convencimiento que la debilidad física favorece la mayoría de las manifestaciones mediúmnicas, pues cuanto menor sea la coordinación material de una persona, tanto menor será la resistencia material que los resortes subconscientes

hayan de vencer. Este "factor de morbilidad" también vale para la proyección astral. Sé, sin embargo, que al hacer esta afirmación me coloco contra la opinión de varias autoridades eminentes.

La opinión popular parece inclinarse por la alternativa de que la coordinación material perfecta (salud) es requisito esencial para la producción del fenómeno de la proyección astral; no obstante esto, no desespero de desarraigar esta creencia mediante el testimonio de mis experiencias personales y la exposición de las razones específicas que me llevan a creer precisamente lo contrario. Y si no estoy de acuerdo con otros autores en cuanto al factor que produce, estimula e influye la proyección del cuerpo astral, esto se debe simplemente a la evidencia que mi vasta experiencia personal me ha proporcionado.

Solo deseo aclarar que en este punto mi opinión difiere de la gran mayoría de mis contemporáneos. No trataremos de dilucidar ahora de qué lado está la razón, pero más adelante volveremos a esta cuestión de la "morbilidad".

La exteriorización puede provocarse por medio del hipnotismo y del mesmerismo. Es un hecho significativo que Andrew Jackson Davis —el vidente de Poughkeepsie, uno de los más grandes del mundo, quizás— haya experimentado la proyección astral desde edad temprana inducido por la acción de un magnetizador, William Livingston. La primera experiencia de Davis fuera del cuerpo consistió en

moverse a través del aire siguiendo una trayectoria espiral.

EXTERIORIZACION ASTRAL INSTANTANEA

Un golpe violento, especialmente sobre la cabeza, o cualquier otro shock extremo, capaz de producir la pérdida de la conciencia como consecuencia, pueden producir una proyección astral instantánea. Si el lector desea poner en práctica una simple receta para lograr la proyección astral instantánea, nada mejor que pedirle a un amigo, o mejor todavía a un enemigo, que le dé en la cabeza un buen golpe con un sólido bate de béisbol.

Este es el método más simple, pero puesto que lo más probable en este caso sería la pérdida total de la conciencia durante la exteriorización, quizás fuera mejor seguir alguno de los métodos indicados más adelante. Sin embargo, hablando ahora con toda seriedad, está perfectamente comprobado que un golpe vigoroso puede producir a menudo una rápida y efímera separación, ya sea que la víctima se percate o no de ello.

UNA EXPERIENCIA DE PROYECCION CONSCIENTE EFIMERA

Un vecino mío, de setenta años de edad, cuya casa puedo ver desde donde escribo estas líneas, me relató un episodio que no era sino un caso de proyección astral efímera e instantánea de tipo consciente.

Un día de invierno se había dirigido en su trineo al bosque en busca de leña. En el camino de regreso venía sentado al tope del trineo cargado. Durante todo el tiempo caía una persistente nevisca que dificultaba la visibilidad. Sin previo aviso un cazador (que acertaba a pasar por el camino) descargó su rifle contra una liebre. Los caballos, espantados, se dieron a la fuga volteando el trineo y arrojando a su conductor de cabeza contra el suelo.

Cuando me contó el accidente me expresó que no bien acababa de tocar tierra cuando tuvo conciencia de hallarse parado contemplando su propio ser tirado inmóvil, cerca del camino, boca abajo en la nieve. Pudo ver la nieve cayendo a su alrededor, el trineo, los caballos, el cazador que se precipitaba hacia él. Todo esto no ofrecía ningún género de dudas: pero lo que desafiaba su entendimiento era el hecho de haberse convertido de pronto en dos seres distintos, pues por entonces creía estar observando todo cuanto acontecía desde otro cuerpo físico.

Así que el cazador se aproximó, las cosas parecieron oscurecerse. Y su recuerdo consciente siguiente fue el

de hallarse tirado en la tierra, con el cazador a su lado, tratando de revivirlo. Tan real había sido todo lo visto desde el cuerpo astral, que no podía creer que no hubieran existido realmente dos cuerpos físicos, ¡llegando incluso a pretender descubrir huellas en la nieve, en el lugar donde él sabía que había estado parado!

FRECUENCIA DE LA PROYECCION INSTANTANEA

El ejemplo anterior no solo muestra lo poco que cambia el individuo cuando se halla lejos de su cuerpo físico en todo lo que no sea sustancia y composición, sino también que el cuerpo astral es parte integrante de la existencia terrena; es, en realidad, el verdadero yo; es el asiento de la mente consciente y no un producto de la voluntad del individuo. Son muchas las personas que han tenido experiencias más o menos similares, pero, ignorantes de la realidad exacta, las han pasado por alto, suponiéndolas una inexplicable aberración del yo físico.

La duración de una proyección instantánea de este tipo depende de la intensidad del golpe que la provoca. A un shock violento seguirá un intervalo de inconsciencia más largo que el que sucedería a un golpe menos vigoroso. Se desprende de aquí que cuanto más prolongada sea la inconsciencia, mayor duración tendrá la exteriorización.

El estado de coma efímero solo podría producir una proyección efímera y con frecuencia la duración de la exteriorización no pasa de una fracción de segundo. En realidad, la exteriorización e interiorización del cuerpo astral puede llevarse a cabo con tal velocidad que el sujeto no llegue siquiera a darse cuenta de su "salida" del cuerpo físico. La sensación experimentada se reduce en la mayoría de los casos a un mareo momentáneo, durante el cual el sujeto cree quizás, haberse apartado unos centímetros del lugar en que estaba parado.

Probablemente no haya nadie que no haya experimentado alguna vez en su vida un "sacudón" que le hiciera "ver las estrellas", como reza el dicho. El resplandor entrevisto es un aura y permanece visible durante el tiempo en que los dos cuerpos no coinciden. También puede verse este mismo resplandor en un radio más amplio, y por mayor tiempo, cuando la proyección es consciente, es decir, al comienzo de una separación prolongada.

Hasta tal punto el espíritu astral constituye nuestra más íntima personalidad que no llegamos a darnos cuenta cuán estrechamente ligados a él nos hallamos; parece escapar incluso, a nuestra comprensión, el hecho mismo de que en este preciso momento y permanentemente estemos utilizándolo. Él constituye nuestra vida y cuando se separa definitivamente del cuerpo físico, aquélla se extingue. Yo quisiera poder convencerte lector, de que este ser fantasmal no es un ente caprichoso que hayas de adquirir en un futuro

más o menos lejano; es el "tú" de este mismo momento, todo cuanto eres, tu conciencia, tu vitalidad.

Privado del cuerpo astral tu organismo físico no sería sino una tosca masa de materia insensible, sometida inexorablemente a las leyes del mundo físico, Este espíritu persevera en los hábitos contraídos durante su coincidencia con el cuerpo físico, y es por ello que ha aprendido a conformarse también él a las leyes físicas.

Cuando un agente extraño al orden natural de las cosas viene a turbar la armonía del ser físico —un golpe, un shock, la violación de un hábito, un deseo intenso insatisfecho, una enfermedad de hecho, cualquier factor capaz de producir una deficiencia en la perfecta coordinación material— siempre experimenta el astral una conmoción correspondiente.

EL CHOQUE COMO CAUSA DE LA EXTERIORIZACION ASTRAL

La conclusión lindante con el trauma no es la única forma posible de producción de la proyección instantánea, pues basta a veces un sacudón inesperado del organismo físico para que el espíritu salga de la coincidencia.

Son muchos los que se maravillan ante la idea de que la separación astral pueda llevarse a cabo cuando en realidad no creo que haya una sola persona que no la haya experimentado en mayor o menor grado, ya sea

sabiéndolo o sin saberlo. Y la forma extensiva de proyección no es sino el desarrollo de las formas inferiores.

He aquí dos axiomas apropiados para este tipo simple de separación astral:

1. Si el cuerpo recibe repentinamente la acción de una fuerza contraria durante su trayectoria en una dirección dada, aquélla no incidirá de inmediato sobre el astral, conservando éste durante cierto tiempo la dirección primera, con lo cual sale de la coincidencia.

2. Si un cuerpo material que se mueve en una dirección dada choca repentina e inesperadamente contra el cuerpo inerte, hará que el ser físico salga ligeramente de la coincidencia en la dirección indicada (el astral, un instante después, se mueve en dirección al físico).

Debe tenerse presente que solo se trata aquí de una separación fugaz y a corta distancia y que tiene lugar con la velocidad del relámpago, casi demasiado grande para que el sujeto que la experimenta llegue a quedar privado de conciencia, aunque no deja de sufrir cierto desconcierto repentino.

Además, en esas ocasiones, puede experimentarse la sensación de estar a piloto de elevarse en el aire o la de un vacío profundo en el estómago. En todo caso, la colisión debe ser inesperada, súbita, y lo bastante fuerte para detener el impulso normal de la masa en movimiento.

Cuando un automóvil se detiene bruscamente, arrojando vigorosa e inesperadamente hacia adelante a sus ocupantes, es la efímera falta de armonía entre los dos cuerpos (astral y físico) la que causa la sensación de vacío mencionada más arriba. Esto parece demasiado vulgar para ser cierto; pero si es así, esto tan solo ocurre por la gran medida en que el ser astral participa de nuestro ser íntimo, al punto que no reconocemos el hecho; nos desconocemos a nosotros mismos.

UN CASO DE PROYECCION CAUSADA POR UN PASO EN FALSO

He aquí un ejemplo de cómo un sacudón inesperado puede arrojar al espíritu fuera de coincidencia. Me sucedió una noche, hace algunos años, mientras bajaba las escaleras de mi casa. Había estado durmiendo hasta un rato antes y me hallaba todavía medio adormilado. Eran quince escalones que había subido y bajado cientos de veces, puesto que en esa casa había pasado toda mi vida. No podría decir por qué, pero cuando llegué al último escalón traté de dar un paso más (a muchos nos ha pasado esto) y el ímpetu me sacudió vigorosamente.

Una sensación de vacío se dejó sentir en la boca del estómago, y aun antes de que el cuerpo físico cayera sobre el suelo, me encontré proyectado fuera de él, con plena conciencia. Y no quiero significar con esto

que creyera que me hallaba consciente, lo que quiero decir es que realmente estaba consciente. A un tiempo vi caer el cuerpo físico en el suelo y lo sentí caer, mientras me hallaba parado a algunos metros del mismo. Pero analicemos este caso y veamos lo que realmente sucedió, pues esto nos permitirá establecer la ley fundamental de la proyección astral.

LA LEY FUNDAMENTAL DE LA PROYECCION ASTRAL

Debe entenderse bien que no es la mente consciente quien provoca la proyección, sino la voluntad subconsciente. Podemos caminar por medio de un esfuerzo consciente, pero generalmente caminamos inconscientemente, bajo la acción, de la Voluntad subconsciente. Es cuando el cuerpo se encuentra sujeto a la fuerza motriz subconsciente y una barrera inesperada intercepta el movimiento del ser físico, que el astral continúa moviéndose durante cierto tiempo en la dirección dada.

Si la propulsión fuera consciente eso no sucedería. Si al descender las escaleras yo hubiera caminado conscientemente, no se hubiera producido el paso en falso. Pero el descenso era inconsciente, hallándome sometido al control de la Voluntad subconsciente y cuando la barrera (el piso) se interpuso ante el cuerpo físico, la Voluntad subconsciente conservaba todavía el impulso a descender, arrastrando consigo el cuerpo astral fuera de coincidencia.

Este mismo principio se aplica al caso de separación ocasionada por una fuerza en movimiento que choca contra un cuerpo inerte. El cuerpo inerte está bajo la acción de la Voluntad subconsciente. Cuando la fuerza de choque encuentra al cuerpo físico, la Voluntad subconsciente tiende a permanecer en su posición hasta que la consciente la mueve. De este modo, el espíritu se mantiene en su posición mientras el ser material de la coincidencia.

Tras un análisis de la causa de la separación instantánea o insignificante, arribamos a las siguientes conclusiones evidentes por sí mismas:

1. El cuerpo (los dos cuerpos en coincidencia) puede moverse inconscientemente.

2. El cuerpo es capaz de movimiento inconsciente cuando la mente consciente se halla en funcionamiento.

3. El cuerpo es capaz de movimiento inconsciente cuando la mente consciente no está en funcionamiento (sonambulismo).

4. Cuando el cuerpo se mueve inconscientemente, es la Voluntad subconsciente quien lo mueve.

Todo esto nos lleva a la regla básica de la proyección astral: si se apodera de la voluntad subconsciente la

idea de mover al cuerpo (los dos cuerpos en coincidencia) y el ser físico se halla incapacitado, la voluntad subconsciente moverá al cuerpo astral con independencia del físico.

LA PROYECCION INTENCIONAL Y NO INTENCIONAL COMO RESULTADO DE LAS MISMAS CAUSAS

Dado que ésta es la ley fundamental de la proyección, surge de inmediato la pregunta ¿cómo puede ser incitada deliberadamente la voluntad subconsciente a motivar el desplazamiento del astral, durante la incapacitación del físico? "Esto no es nada fácil", dirá el lector. Y en efecto, no es fácil; especialmente si se pretende conseguirlo por medio de un simple pensamiento o una resolución medianamente intensa; pero existen ciertos métodos positivos para lograr este objetivo.

Si localizamos las causas que producen la proyección no intencional del cuerpo astral y hacemos que estas mismas causas obren intencionalmente, a fin de lograr la proyección, entonces, ¿por qué no habrá de lograrse a voluntad? Todas mis primeras exteriorizaciones fueron accidentales, involuntarias. En un principio creí estar dotado de algún poder sobrenatural del que otros carecían; pero por medio de un acabado estudio de las manifestaciones que acompañaban a estos fenómenos, y registrando cuidadosamente todas las peculiaridades por ellos

presentadas, logré finalmente determinar las causas que producían aquel aparente milagro. Poniendo estas causas en acción, con la mente puesta en la proyección astral, conseguí producir el fenómeno a voluntad y mucho antes de haber leído una sola palabra sobre este tema en los libros pertinentes.

No me detendré a profundizar por el momento lo relativo a la índole de estas causas, sino que dejaremos su estudio para más adelante, pues es mi deseo suministrar antes una información de carácter más general con respecto al teína que nos ocupa. No estará fuera de lugar decir, sin embargo, que los "deseos reprimidos" son indiscutiblemente el factor primordial en la producción de la proyección no intencional.

Vemos así cuán grande es la determinación de la Voluntad subconsciente toda vez que se ve impulsada hacia la actividad. Cuando uno empieza a caminar, seguiría y seguiría caminando, de no ser por la mente consciente que lo detiene. Y cuando uno está parado, así permanecería por los tiempos de los tiempos si la mente consciente no lo incitara a moverse.

Ahora bien; ¿cómo se las compone el deseo reprimido para encauzar a la Voluntad subconsciente hacia el movimiento del cuerpo? Mientras uno se mantiene consciente desea algo. Y no hace nada para moderarlo. Uno quisiera refrenarlo, pero se interpone algún obstáculo en el camino. Entonces continuamos deseando, deseando, deseando, tornando cada vez

más tensa la condición de la Voluntad subconsciente. La presión llega a hacerse tan grande que nos colocamos en conflicto con nosotros mismos. Puede sentirse entonces al subconsciente tratando de realizar lo que nosotros deseamos. Y lo haría de inmediato, a no dudarlo, si solo pudiera ganar para sí lo mejor de nuestra mente consciente.

Alcanzado este punto, la voluntad subconsciente se halla lista a actuar en el primer momento en que dejemos de obstaculizarla. De este modo, durante el sueño, puesto que la mente consciente ya no puede decir ¡no! a la voluntad subconsciente, ésta trata de proyectar el cuerpo hacia el lugar deseado. Ahora bien; si el sujeto dormido se encontrase físicamente incapacitado, el cuerpo astral habría de proyectarse.

SIGNIFICADO DE "INCAPACIDAD" FISICA

¿Qué entendemos cuando decimos físicamente incapacitado? Simplemente, que el cuerpo físico no posee la actividad suficiente para responder en el instante en que en que la Voluntad subconsciente comienza a moverse. Por regla general, el cuerpo no se halla, durante el sueño, en el mismo estado de actividad que lo caracteriza durante la vigilia. El corazón late con mayor lentitud, y el organismo se halla todo en un nivel inferior al correspondiente a la vigilia normal.

Si el sujeto está enfermo, el organismo físico no podrá responder de inmediato, lo cual confirma la hipótesis ya adelantada de que cuanto más débil se haya una persona, tanto más fácil es la proyección del cuerpo astral siempre que la enfermedad presuponga reposo o sueño.

En La Psicología de los Sueños, Walsh se expresa en la forma siguiente:

"No bien comienza el sueño, tienen lugar ciertos cambios en la estructura física. El pulso y la respiración se tornan más lentos, menos agitados; baja la presión de la sangre; disminuye la temperatura y aumenta la transpiración. El estómago, los intestinos, los riñones, el hígado y otros órganos se hallan en actividad, aunque con ritmo menos intenso. Puesto que la cantidad de trabajo requerida por las estructuras físicas es mucho menor que durante la vigilia, estos órganos pueden descansar. Y puesto que la recuperación sobrepasa a las pérdidas, el organismo en general se halla lo bastante repuesto después de una cierta cantidad de sueño."

Entendemos entonces, por "incapacidad física", un estado de musitada pasividad, ya sea que el sujeto se encuentre guardando cama por enfermedad o profundamente dormido, de modo tal que no pueda reasumir instantáneamente la actividad cuando la Voluntad subconsciente se apodere de él para mover su cuerpo.

Veamos el caso del sonámbulo. Mientras duerme, la Voluntad subconsciente determina mover el cuerpo, generalmente debido a un deseo reprimido. El sonámbulo se levanta de la cama y comienza a caminar en coincidencia, debido a que el cuerpo físico no se halla lo bastante inactivo (no está incapacitado) para quedarse atrás cuando la Voluntad subconsciente inicia el movimiento; en cambio, si el sujeto se hubiese hallado en estado de extrema pasividad, el cuerpo astral habría salido del físico, llegando así a un estado de sonambulismo astral.

QUÉ ES Y DÓNDE ESTÁ LA MENTE CONSCIENTE

¿Cómo está compuesta la mente consciente? ¿Dónde existe? ¿Dónde se encuentra la mente consciente cuando está privada de conciencia? Ni aún los más sagaces filósofos de lo oculto han podido responder estos interrogantes que, a no dudarlo, habrán de permanecer por siempre como simple objeto de especulaciones. Ni siquiera conocemos los límites, la naturaleza o la ubicación de la mente consciente.

Sin embargo, sabemos que utilizamos la mente y que (aparentemente) puede tornarse inconsciente. Pero, ¿dónde se encuentra durante la inconsciencia? Esa es la cuestión! Parece casi tan ridículo creer que la mente consciente pueda esfumarse instantáneamente, reduciéndose a nada, al sobrevenir el estado de coma, como creer que sigue existiendo durante dicho intervalo sin que nosotros nos percatemos de ello.

Ahora bien; si efectivamente fuera posible para la mente consciente reducirse a "nada", durante el coma, ¿cómo habría de recrearse después, pasado ese estado, con entera perfección? Pero, por otro lado, si la mente consciente sigue existiendo durante todo el periodo de olvido, ¿cómo habremos de explicar el hecho de que no seamos conscientes si perdura todavía la conciencia? y aun cuando así fuese, ¿dónde existe la conciencia?

Cuanto más se profundiza en este terreno, más hondo parece el enigma. La más ligera meditación sobre ello podría convencer rápidamente al ególatra más recalcitrante, de que, después de todo, se conoce a Sí mismo bastante mal. Que la mente existe, es una evidencia que no necesita ser probada; pero qué pasa con ella durante el coma es un misterio que permanece todavía insondable.

Algunos pretenden que son los sentidos y no la mente consciente lo que desaparece transitoriamente, y que sin el funcionamiento de los sentidos no habría conciencia. Pero, ¿podemos definir mejor, acaso, la naturaleza de los sentidos que los de la mente consciente?, ¿qué son los sentidos?, ¿cómo funcionan?, ¿cuál es la causa de la sensibilidad?, ¿dónde está la sensibilidad durante la inconsciencia? Tratar de resolver un misterio sustituyéndolo, por otro, solo trae como resultado un número más grande de misterios a resolver.

Otros son de opinión que, al sobrevenir el coma, la mente consciente de exterioriza en el cuerpo astral, lo cual explica su inconsciencia. Pero si esto fuera cierto, ¿cómo es que en el sujeto no siempre se percata de hallarse exteriorizado en el cuerpo astral, cada vez que hay una pérdida de la conciencia?, ¿cómo es posible en sueños?, ¿dónde está la mente consciente del sonámbulo? Solo cabe una respuesta para estas preguntas: "No sabemos". Lo mejor que podemos hacer es comparar a la mente consciente durante el reinado del sueño, a un prisionero encerrado en una celda, privado de salir hasta tanto no se le abra la puerta.

Si pudiésemos determinar qué abre y cierra la puerta de la conciencia, también podríamos determinar, entonces, por qué algunas proyecciones astrales involucran conciencia y otras no. Y en una etapa ulterior, llegaríamos a descubrir un medio para que el espíritu proyectado inconscientemente pudiera siempre tornarse consciente, superando así las azarosas experiencias actuales.

EL ESTADO HIPNAGOGICO: NEUROSIS Y SUEÑO

(Para un estudio detallado de los fenómenos hipnagógicos, ver el artículo de F. E. Leaning: Proceedings, S. P. R., Vol. XXXV, págs. 287 a 411, y la bibliografía allí citada.)

Cuando la conciencia se halla presente desde el principio de una exteriorización, la salida del cuerpo etérico comienza con un estado hipnagógico, estado éste fronterizo entre la conciencia y la inconsciencia. Veamos cómo se expresa Walsh con referencia a dicho estado:

"Antes de dormimos debemos pasar por una etapa inadvertida de semivigilia y semisueño, designado con el nombre de estado hipnagógico. Antes de despertar también debemos pasar por un estado similar a éste. Habitualmente la hipnagogia dura algunos segundos, pero puede prolongarse hasta quince minutos. Es más probable que se alargue al pasar del sueño a la vigilia que en el caso inverso."

"Al aproximarse el sueño, suele experimentarse la sensación de caer. Esto obedece a la relajación general del sistema muscular. Si una persona sufriese una fuerte perturbación mientras dura el estado hipnagógico, la transición normal de la vigilia al sueño, o la inversa, podría ser considerablemente alterada."

"La conciencia puede despertarse plenamente, pero el despertar en los centros motores puede ocurrir con mayor lentitud; esto trae aparejada una parálisis pasajera de los miembros y órganos del lenguaje, privando al sujeto, en consecuencia, del movimiento y el habla. Esta forma de parálisis, designada "parálisis nocturna" por algunos autores (para quien escribe estas líneas es la catalepsia astral) puede sobrevenir después de un despertar normal."

"Por regla general, la parálisis dura poco tiempo; en caso de prolongarse, acarrea un grave trastorno mental. La fatiga, la nerviosidad, o una falta de salud general pueden ser causa del fenómeno."

Lo cual no hace sino fortalecer mi convencimiento de que la falta de coordinación material es un factor que favorece la proyección. El cuerpo etérico se halla en catalepsia, con tendencia a desviarse ligeramente fuera del físico. ¿Por qué razón provoca la fatiga, la nerviosidad o la falta de salud general esta parálisis? Porque hay una sensible disminución de la energía neural acumulada en los cuerpos. En realidad, he ahí exactamente lo que es la nerviosidad: incapacidad de retener la energía dentro de los límites del organismo físico.

La energía es cósmica, omnipresente; puede fluir hacia el cuerpo etérico y fuera de él, pues éste constituye un verdadero condensador de esa energía. Pues bien, yo he encontrado que cuando el cuerpo etérico se desvía ligeramente fuera de coincidencia, se convierte en un imán más poderoso de la energía universal que durante la coincidencia. De este modo, en el caso de la persona enferma, la parálisis experimentada no es sino catalepsia astral, primera etapa ésta, siempre, de la exteriorización; la causa estriba en la acción del ser subconsciente tendiente a separar los cuerpos, a fin de que el condensador etérico pueda "cargar" más libremente.

Y esto sucede noche a noche con millones de personas; pero para que lleguen a experimentar alguna vez la parálisis o catalepsia es necesario que, durante la misma, permanezcan conscientes. Lo que se tiene por un "aura", ese algo que envuelve a aquellos que duermen, no es, en realidad, sino el cuerpo etérico que se halla a algunos centímetros fuera de coincidencia. Por regla general, en las personas normales, hay una pérdida de la conciencia antes de que comience este fenómeno.

No es difícil comprender que, sí la conciencia ha sido deseada todo a lo largo de una proyección completa, el estado hipnagógico será el ideal para que comience la salida. Es más probable que se produzca la catalepsia consciente al pasar del sueño a la vigilia que en el caso inverso. La experiencia demostrará categóricamente que sí la conciencia empieza a funcionar con demasiada intensidad después de que el subconsciente haya efectuado una ligera separación, al sobrevenir el sueño, será más fácil que el espíritu vuelva a entrar en coincidencia que en condiciones similares, en el pasaje de la vigilia al sueño.

En otras palabras, la mayor parte de las proyecciones tendrán más éxito "consciente" sí comienzan en el estado hipnagógico, al salir del sueño. Cuando uno se despierta y se encuentra impotente sujeto a la catalepsia astral —llamada "parálisis nocturna"— lo primero que suele hacerse entonces es alarmarse. El sujeto desea recobrar su actividad física y lucha por

liberarse. Esto es más que una sugestión consciente para la Voluntad subconsciente y ésta no tarda en hacerse oír.

Sí pudiera evitarse esta alteración y el sujeto se mantuviese emocionalmente sereno, el control subconsciente no recibiría ninguna orden de volver a la actividad física. Por el contrario, si al sujeto se le ocurriera elevarse hacía el techo y se propusiese flotar en el aire que lo circunda, la voluntad subconsciente proseguiría el proceso de exteriorización, con el resultado final de una proyección astral completamente consciente.

En estas circunstancias el cuerpo físico se halla considerablemente incapacitado. La Voluntad subconsciente se ha apoderado ya del ente astral. Solo se trata de qué indicación se le haga a esa voluntad y el espíritu continuará exteriorizando o volverá nuevamente, por el contrario, al estado de coincidencia.

Lo mismo sucede al caminar. Una vez que el sujeto se halla en movimiento, la Voluntad subconsciente conserva su control, pero basta realizar una sugestión consciente para detenerse. Si el sujeto se halla en estado de catalepsia astral consciente y desea entonces recobrar nuevamente su actividad física, esa misma Voluntad subconsciente no tardará en complacerlo.

Quizá se replique, al igual que un amigo mío, con la siguiente expresión: "¡Me gustaría encontrar al "tipo" que se quedara tranquilo al despertar y encontrarse paralizado!" Y sin embargo yo lo he logrado y garantizo que cualquier persona puede lograr una amplia proyección consciente si se mantiene emocionalmente sereno y da las órdenes apropiadas cuando se despierta en estado de catalepsia. El resultado será un funcionamiento ordenado y coherente del organismo, al igual, exactamente, que durante la vigilia, cuando caminamos u obramos en cualquier otra forma.

Claro está que no es cosa fácil mantenerse sereno frente a lo supranormal, especialmente cuando uno se encuentra en sus manos; pero, como todas las cosas en el terreno de lo supranormal, la proyección consciente pronto pierde su carácter intimidante y uno termina por acostumbrarse a ella.

SENSACIONES Y EMOCIONES EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA EXTERIORIZACION

La primera sensación o impresión que experimenta el sujeto al sobrevenir la conciencia (si es que sobreviene) depende, naturalmente, del lugar ocupado por el espíritu en ese momento.

Las sensaciones recibidas varían según los diferentes grados de separación. Si la conciencia hace su aparición en el estado hipnagógico y la Voluntad

subconsciente presenta una tendencia hacia la proyección, la primera idea del sujeto será que existe "en alguna parte".

Si la conciencia se hace presente uno o dos segundos después, la primera impresión será de adherencia. Si tarda algo más todavía en sobrevenir, será la de flotar; luego, la de temblar, la de zigzaguear, etc., etc. Es la actitud del fantasma o el lugar por éste ocupado lo que determina la primera idea consciente. Y debe tenerse presente que este primer pensamiento entraña una importancia vital. Es precisamente entonces, cuando debe conservarse la calma y ordenar el ascenso en el aire.

La mayoría de las proyecciones conscientes fracasan en la iniciación mismo del proceso debido a que la actitud asumida entonces por el fantasma produce una sensación desagradable, que, a su vez, provoca un estado emocional. Puede aplicarse a este fenómeno la siguiente regla: las emociones que impliquen disgusto, alarma, miedo, etc., constituyen otras tantas sugestiones efectivas dirigidas a la voluntad subconsciente para que ésta vuelva al sujeto a su estado físico normal.

De este modo, encadenándose uno a uno, el primer pensamiento influirá directamente en los siguientes y si la actividad por entonces realizada es de naturaleza tal que genere emoción, se seguirá de inmediato el deseo de tornar nuevamente a la normalidad física,

con lo cual la Voluntad subconsciente se pondrá en acción a fin de llevarlo a efecto.

Es más fácil que ocurra la proyección consciente si el primer pensamiento consciente tiene lugar antes de que el espíritu ascienda por el aire Resulta sorprendente cuán fácil es todo esto en realidad, después de haberlo hecho una vez. Es similar al caso del individuo que, temeroso de realizar un viaje en avión, se decide por fin y, cerrando los ojos, se encuentra de pronto, sin saber cómo pero con entera facilidad, en pleno vuelo.

Puede parecer paradójico que las actitudes del espíritu puedan influir sobre las emociones, y que éstas a su vez puedan afectar la actividad de aquél; no obstante, éste es el caso. También puede parecer contrario a la difundida opinión de que la nerviosidad es un factor favorable para la separación, como así también la exhaltación de las emociones; y sin embargo también esto es cierto.

No obstante, si la proyección astral no estuviese condicionada por todos estos factores tan poco naturales, todo el mundo estaría permanentemente proyectándose. La proyección astral consciente jamás podrá ser alcanzada por quien no tenga un control absoluto sobre sus emociones.

CAPITULO III

TRAYECTORIAS DEL FANTASMA DURANTE LA PROYECCIÓN

Creo que es esta la primera vez que un autor afirma concretamente que la Voluntad subconsciente lanza al fantasma siguiendo una trayectoria específica y que la posición del cuerpo físico en el momento del lanzamiento gobierna invariablemente la dirección en que habrá de moverse el "doble".

Cuando el cuerpo se encuentra en posición yacente, o en reposo horizontal, el astral emerge del físico avanzando hacia arriba, en estado perfectamente rígido, y en posición rigurosamente paralela a la del cuerpo material. Por regla general, todas las partes de los dos cuerpos se separan simultáneamente. El miembro etéreo se sacude en toda su longitud —o, con más precisión, "vibra"— no de un lado a otro, sino de arriba a abajo.

Por lo común la progresión ascendente se realiza, en esta forma, lentamente; el cuerpo astral solo avanza dos o tres centímetros por vez, siendo frecuentes las caídas a la posición de origen. Cuando la separación alcanza unos treinta centímetros, el astral comienza a zigzaguear, en forma muy similar al movimiento de un pez que remonta una corriente de agua. Si la conciencia sobreviene en esta posición, será

sumamente difícil conservar el dominio sobre las emociones, siendo el resultado más frecuente la interiorización final del espíritu, salvo que el sujeto esté muy acostumbrado a estas experiencias.

De esta manera el cuerpo astral alcanza finalmente una altura comprendida entre uno y dos metros.

Alcanzado este punto comienza a operar la fuerza que tiende a la verticalidad. La mitad inferior del cuerpo (pies) empieza a bajar, en tanto que la mitad superior (cabeza) comienza a subir, hasta que el fantasma alcanza la posición vertical o de pie. Es como si hubiese un eje transversal en el centro del cuerpo.

Existen ocasiones en que el control subconsciente no coloca al fantasma en posición erguida a los pies del cuerpo físico yacente, sino que, después de elevarlo a una altura de un metro y medio, empieza a avanzar por el espacio todavía en posición horizontal, asumiendo la posición erguida solo después de haber recorrido cierta distancia. Así que el astral comienza a erguirse, cesa la trepidación y el zigzagueo es reemplazado por una oscilación lateral.

Si el sujeto goza del sentido de la vista puede ver, desde un comienzo, un aura jaspeada en torno. Tal la trayectoria recorrida siempre por el fantasma cuando la exteriorización tiene lugar hallándose el cuerpo físico en posición horizontal. El proceso completo puede desarrollarse con suma rapidez o bien verse demorado según los casos.

Si la exteriorización tiene lugar cuando el cuerpo físico se halla en la posición erguida, la fase horizontal queda eliminada automáticamente, pues en este caso el miembro etérico sale de su equivalente físico ya en la posición vertical.

La exteriorización astral no difiere del fenómeno conocido con el nombre de "pasaje", en el momento de la muerte, en lo que respecta al comportamiento del fantasma. El "pasaje" señala simplemente el tránsito del cuerpo sutil fuera de la posición coincidente con el físico.

En tanto que los movimientos del cuerpo astral son semejantes en la muerte y en la exteriorización, existe en esta última un elemento que falta en aquélla: la línea de fuerza vital que une al cuerpo físico con su duplicado astral. Es esta línea de fuerza lo que llamamos "cordón astral" o "cable astral", en cuya presencia radica la diferencia entre la proyección hacia la muerte y la simple exteriorización.

En la muerte, al igual que en la proyección astral, puede suceder que el fantasma permanezca inconsciente durante cierto tiempo. Algunos dicen que la conciencia se presenta en forma instantánea. Otros, que el moribundo perdura todavía un instante en una especie de sueño. Otros, por fin, que durante un largo período el sujeto permanece sumido en una inconsciencia total. Según éstos, los hay que nunca "prueban la muerte" —como dijo Cristo— ni siquiera el sueño.

Imaginemos a una persona, un soldado tal vez, caminando en dirección recta hacia adelante en busca de cierto objetivo. Supongamos que, imprevistamente, un proyectil lo detuviese súbitamente en su marcha privándole de vida. En ese caso el cuerpo astral seguiría caminando, ignorante momentáneamente de lo acontecido, es decir, que físicamente habría "muerto". Solo mencionamos esto para ilustrar la relación en que la posición corporal se halla con el cuerpo astral durante la separación.

ALGUNOS SINTOMAS DE LA EXTERIORIZACION ASTRAL

Quizás pueda recordar ahora el lector haber experimentado una o más de las etapas elementales de la proyección astral; así, la sensación de adherencia, la de flotar, la de girar, la de zigzaguear, la de ascender; los saltos y caídas durante la hipnagogia, la sensación de vacío en la boca del estómago, el sentimiento de que la propia "conciencia" se escapa de la cabeza.

Todas estas cosas pueden haberle sucedido muchas veces sin alcanzar a tener conciencia de ellas. Y cuando se percate de las mismas, el médico las pasará por alto explicando que son los "nervios". Resulta fácil decirle a un paciente que son los "nervios" la causa de estos hechos peculiares; pero explicarle cómo es que estos nervios producen esos efectos, ya es otro asunto. Los nervios producen estos

fenómenos porque el astral no se halla firmemente ligado al físico.

¿Qué es el mareo? Es un estado de flojedad del cuerpo astral. ¿Qué afloja al cuerpo astral? Muchas cosas; un golpe en la cabeza, el funcionamiento anormal de los órganos vitales, en fin, una veintena de agentes. Aparte de la causa, los mareos o el vértigo indican que el cuerpo astral no está ligado con firmeza al físico. Cuando estamos mareados, nuestro paso es vacilante pues el cuerpo astral está flojo y presenta una fuerte tendencia a salir del físico. Si giramos sobre nosotros mismos nos mareamos; y esto ocurre porque el movimiento rotatorio afloja al cuerpo astral; es interesante destacar, en ese sentido, que los faquires recurren a menudo a este método para obtener la exteriorización astral.

Una experiencia bastante frecuente es la de despertarse por la noche en cierto momento y ver un duplicado del propio ser revoloteando a unos treinta centímetros de uno. Ocupa una posición horizontal y tiembla como si estuviera apoyado en el aire. Es del color de la gasa. Un instante después nos despertamos con un sobresalto. En este caso, el etérico (llamo al astral "etérico" no porque crea que está compuesto de éter sino porque otros que lo creen le han dado este nombre) se halla a unos treinta centímetros fuera de coincidencia.

Pero surge de inmediato esta objeción: "¡Yo lo vi desde mi cuerpo físico!" — así es en efecto. Pero la mente consciente no se halla en estos casos en el

cuerpo físico. Más adelante trataré de explicar cómo los sentidos pueden así engañarnos. La sensación perceptiva procede en este caso de la mente consciente situada en el cuerpo astral, donde el sujeto está realmente, y viaja a través del cable astral hasta el ojo físico.

He aquí otros síntomas de exteriorización astral: catalepsia, frigidez del cuerpo, sueños de caer, de volar y de golpes en la cabeza. Pueden verse luces, imágenes, figuras, y oírse sonidos de diversas clases desde *ruidos* inarticulados hasta las más hermosas melodías. En su trabajo sobre la *Proyección Astral* Prescott Hall resume sus propias experiencias en este sentido de la manera siguiente:

"Los objetos más precisos que se me aparecían ante la vista eran un perfil griego y la cabeza y los hombros de un hindú con un turbante. Estas dos imágenes eran perfectamente nítidas. Un objeto rojo y brillante. En tercer lugar, luces azules, vastas, redondas. Cuarto una lucecita azul y amarilla. Quinto paisajes, a veces en dos tonalidades y a veces con los colores naturales. Sexto, espacios luminosos o manchas de niebla o color. Con frecuencia contornos de personas pero sin detalles precisos.

Séptimo, figuras de forma irregular de toda clase, de color blanco, comúnmente sobre un fondo de color azul cielo... Figuras de papel de seda. Eran éstas, quizás, las imágenes más raras y las que mayor esfuerzo requerían para su generación."

"He aquí los principales sonidos percibidos: un silbido semejante al del vapor cuando sale de un silbato; notas musicales aisladas; frases musicales; generalmente desconocidas. Himnos u otras melodías previamente conocidas. Acordes, generalmente muy hermosos. Dos o más notas, alternando a intervalos regulares. El sonido de una campana o campanas, a veces en armonía. Ruidos metálicos como el golpear de un martillo sobre un yunque."

No es raro escuchar, al principio de una proyección, sonidos aparentemente distantes, familiares al sujeto. A menudo suenan como si alguien, muy alejado, estuviese llamando con voz musical. Una sensación muy peculiar es la de que alguien invisible lo sopla a uno en la cara. También puede sentirse como si dedos invisibles le tocasen a uno la garganta, la boca y la nariz, produciendo una sensación de "cosquillas".

EL CABLE ASTRAL

No existe un solo estudioso de los fenómenos espirituales que no declare que el cordón astral es una estructura de consistencia elástica que vincula al cuerpo astral con el físico; en efecto, tal es la idea que tiene el mundo en general, con respecto a este esquemático organismo astral. No es difícil explicar está ignorancia. Por un lado está el experimentador psíquico, quien, incapaz de proyectarse a sí mismo, solo puede extraer sus conclusiones de las afirmaciones realizadas por los demás. Y por el otro, la

mayor parte de las personas que sí se proyectan no conservan una lúcida conciencia o bien carecen de ella en absoluto. A algunos les llega una conciencia pasajera cuando ya se hallan a cierta distancia del cuerpo físico, y los hay también que, absortos en las maravillas descubiertas, no piensan ni un instante en investigar las causas de las mismas. Se estima que existen alrededor de unas quince mil personas actualmente capaces de "ver" con claridad relativa en el plano astral, y que alrededor de cincuenta personas son capaces de proyectarse a ese plano voluntariamente.

En muchas oportunidades, hallándome conscientemente proyectado, pude examinar y observar a fondo la acción peculiar del cable astral. Es una especie de misterio secundario dentro del acto principal conocido con el nombre de "proyección". Este organismo vital se compone, hasta donde yo he podido comprobar, del mismo material o esencia que el propio cuerpo astral. Su acción errática siempre me causó una profunda impresión, llegando a creer a veces, que poseía una verdadera inteligencia. De donde viene al salir el espíritu, o adonde se va cuando el espíritu entra en coincidencia, son misterios demasiado profundos para que yo pueda sondearlos. Su elasticidad es cosa que con mucho supera a toda imaginación y sus cualidades expansivas no pueden compararse en modo alguno a ningún objeto material.

Lo más aproximado quizás, si se trata de transmitir la idea del cordón astral, sea compararlo con un cable

elástico; sin embargo, semejante comparación está muy lejos de dar la noción exacta de lo que verdaderamente es este órgano vivo. El cordón astral se estira siempre de un cuerpo al otro, sin que el espacio o la distancia que los separa importe en absoluto.

RADIO DE ACCION DEL CORDÓN

Cuanto menor es el espacio que separa a los dos cuerpos, tanto mayor es el grosor del cable astral, y mayor también su atracción magnética lo cual dificulta la estabilidad del espíritu. Cuando los cuerpos se hallan ligeramente fuera de coincidencia, el cordón tiene el diámetro de una moneda de dólar. Este es el ancho máximo que puede alcanzar, si bien el aura que lo rodea lo hace parecer de cerca de quince centímetros de espesor.

El diámetro disminuye en proporción al aumento de la distancia que separa los cuerpos, basta cierto límite; entonces alcanza su diámetro mínimo, que luego conserva cualquiera sea la distancia recorrida por el cuerpo astral; este diámetro mínimo equivale al de un hilo de coser corriente. En el espacio comprendido entre la separación inmediata y el punto en que el cordón astral adquiere su diámetro mínimo, aquél presenta una gran actividad. Llamamos a esta distancia: "radio de actividad del cordón astral".

Como es natural, me esforcé por determinar la longitud de este "radio de actividad", pues su acción sobre la proyección del cuerpo astral me pareció de suma importancia. De modo pues que en la primera proyección consciente que volví a realizar, tuve extrema precaución en registrar el lugar por mí ocupado cuando el cordón alcanzaba su grosor mínimo. Una vez que recobré mi actividad física, medí esta distancia y hallé que era de cuatro metros y medio. Durante cierto tiempo creí que mi cálculo de la distancia era correcto; pero cuando volví a ensayar el experimento, a fin de verificar la primera comprobación, me encontré con un resultado muy diferente. La distancia era, esta vez, de solo dos metros y medio.

Estaba claro pues, que el radio de actividad del cordón astral era variable; después de casi un año de meditación sobre este problema, llegué finalmente a descubrir el motivo de esta variabilidad. Encontré que cuando no me sentía tan bien como de costumbre, el radio de resistencia o actividad del cordón, era menor que cuando me hallaba en mejor estado físico.

La experimentación repetida no hizo sino confirmar esta observación. Vuelvo a decir una vez más aquí, que cuanto más se profundiza en el estudio de la proyección astral, más evidente se torna el hecho de que la coordinación material es un poderoso factor de influencia **negativa** para su consecución. Cuanto mejor sea la salud del sujeto, más energía habrá acumulada en el condensador (cuerpo astral) y tanto

mayor será el fluir de la energía a lo largo del cable astral —si es que consigue proyectarse— y tanto más extendido será el radio de actividad del cordón.

Cuanto mayor sea la cantidad de energía condensada en el cuerpo astral, tanto más difícil le será separarse de su equivalente físico. A la inversa, cuanto más enervado se halle el individuo, y menor sea el monto de energía acumulada en el condensador, tanto menor será el vínculo con el cuerpo físico y tanto más corto el radio de actividad del cordón. Y si una persona llega a debilitarse en extremo, el astral ya no podrá permanecer en el físico, debiendo proyectarse, a veces en forma permanente. Entonces los médicos dicen: "Murió porque estaba desnutrido".

De este modo, es evidente que el radio de actividad del cordón varía en forma directamente proporcional a la salud del proyector. Cuando los dos cuerpos se hallan separados por una distancia de pocos centímetros, el diámetro del cable es equivalente al de una moneda de dólar, sin que en ello influya el estado de salud; pero en el caso de un individuo delimitado la disminución del tamaño tiene lugar con mayor rapidez. En condiciones físicas normales, el cordón disminuye (de acuerdo con la distancia de separación) más o menos en la forma siguiente: cuando la separación es de unos pocos centímetros, presenta un diámetro de unos cuatro centímetros; a los tres metros, de menos de dos centímetros (se asemeja a un trozo de manguera); a cuatro metros y medio,

aproximadamente, puede alcanzar su grosor mínimo, que mantiene ya inalterable hasta el infinito.

De color blanco grisáceo, es bastante semejante, cuando se halla muy extendido, a un largo hilo de telaraña. Desde la coincidencia hasta el límite del radio de actividad del cordón, se observan en éste dos tipos distintos de actividad; por lo menos hasta donde nuestra vista puede establecerlo. Sin embargo, me atrevo a afirmar que fuera de estas manifestaciones deben existir muchas otras actividades complejas, demasiado sutiles para ser vistas por el individuo conscientemente proyectado, aun cuando éste observe al cable dentro de un radio reducido.

Una de ellas consiste en una acción regular de pulso. La otra, es una ligera expansión y contracción del órgano extendido. Evidentemente, estas dos actividades se hallan combinadas, no puede haber ninguna duda con respecto a las operaciones involucradas; el movimiento observado en el cordón es una manifestación exterior de un proceso vital más sutil. Hemos hecho mención, en otra parte de la diferencia existente entre lo que se ha denominado el "pasaje" en el momento de la muerte, y la proyección del cuerpo astral. Esta diferencia radica en el hecho de que el cordón astral está intacto, uniendo a ambos cuerpos, en el caso de la proyección astral.

El cuerpo etérico es el condensador de la energía cósmica; esa misma energía que empleamos para movernos. Esta energía es el "aliento de la vida", omnipresente en todos los seres vivos que existen. Sin

duda, el cuento de Adán y Eva es pura ficción, pero el antiguo moralista acertó con la verdad al escribir: "Y el Señor hizo al hombre del polvo de la tierra y le sopló en las narices el aliento de la vida; y el hombre se convirtió en un alma viviente".

Sin este "soplo vital", nunca habría sido el hombre más que polvo. El soplo vital es la energía cósmica, universal, condensada en el cuerpo etérico, que ahora usas lector, en este instante.

Quizás creas que eres un cuerpo viviente, pero eres en realidad, como dijo Moisés: "Un alma viviente". Solo el ente astral tiene existencia real; solo él atesora la energía universal que es el aliento de la vida.

Pero, ¿qué tiene que ver todo esto con el cable astral? Simplemente lo siguiente: Cuando el cuerpo astral está en coincidencia, el individuo se halla físicamente vivo. Cuando el cuerpo astral sale fuera de coincidencia el individuo está físicamente muerto. A menos que el cable astral, tendido entre el cuerpo energético y el físico se encuentre intacto. He aquí la función de la "línea de fuerza" astral: transmitir el "soplo vital" al cuerpo físico, durante la proyección del astral.

Durante toda la exteriorización, la respiración y el pulso del cuerpo material deben continuar, y cuando el astral se halla dentro del radio de actividad del cordón puede observarse una manifestación exterior de esta actividad en toda la longitud del cable. ¿Le ha sucedido al lector, alguna vez, sentir un fuerte dolor de

cabeza y experimentar al mismo tiempo, pulsaciones regulares en la nuca? Si se exceptúa el dolor, esta sensación de pulso es semejante a la experimentada en la región del bulbo raquídeo por el fantasma exteriorizado —siempre que no haya pérdida de la conciencia, por supuesto— con cada pulsación del corazón.

Cada latido del corazón puede sentirse en el astral; cada latido atraviesa toda la longitud del cable y produce una pulsación en el corazón físico. Pero los tres latidos son simultáneos. No solo pueden sentirse las pulsaciones del corazón en la cabeza astral, sino que también pueden percibirse tocando el cable con la mano astral, exactamente igual que cuando se toma el pulso físico con la mano física.

También puede verse pasar por el cable astral cada inspiración tomada en el cuerpo astral, con su consiguiente duplicación en el cuerpo físico insensible. Durante la exteriorización consciente, puede retenerse la respiración a voluntad, exactamente del mismo modo que durante la coincidencia. Pero no es prudente hacerlo, sobre todo para el principiante, pues no sería difícil que sobreviniera una congestión física provocando la muerte.

Yo he realizado el experimento varias veces, hallándome proyectado conscientemente, y dentro del radio de actividad del cordón. En el instante preciso en que se retiene la respiración la ligera expansión y contracción antes mencionadas, cesan en el cable psíquico y en el cuerpo físico al mismo tiempo; pero

mientras la respiración se mantiene suspendida, las pulsaciones continúan normalmente. Una inspiración profunda en el astral determina una inspiración idéntica en el físico; una inspiración breve, otra breve; una agitada, otra agitada; etc. El sujeto respira en el astral y en él late su corazón, exactamente de la misma manera que durante la coincidencia. Y el corazón físico solo late porque late el corazón astral. "¡Es el espíritu el que vive!"

Cuando se produce la exteriorización se observa siempre un constante tirar y retraerse del cable, que puede ser experimentado en grado apreciable por el proyector, cuando éste se halla dentro del radio de actividad del cordón. Quien pueda imaginarse en el aire sostenido por la mano firme de un gigante que lo tomara por la cabeza, y tan pronto lo alejara de sí como lo acercase hacia su cuerpo, o lo balanceara de un lado a otro, pero siempre aferrándolo con fuerza y, dejando sentir en el punto de contacto una pulsación regular, podrá imaginarse exactamente las sensaciones experimentadas por el proyector consciente cuando éste se encuentra dentro del radio de actividad del cordón.

Esta presión del cordón varía de acuerdo con la distancia de separación; cuanto más cerca se hallan los cuerpos de la coincidencia, tanto mayor es la presión; e inversamente, cuanto más grande es el espacio que separa los cuerpos y menor el diámetro del cable, tanto menor la resistencia ofrecida. Esto debe ser tenido en cuenta por quienquiera que intente

la proyección astral, pues es difícil realizar viaje alguno si se permanece dentro del radio de actividad del cordón.

Una vez que el sujeto logra pasar más allá del mismo, llega a sentirse tan libre como un espíritu separado del cuerpo definitivamente. Solo existe un medio de vencer esta resistencia y ello consiste en el esfuerzo de la voluntad, en la aplicación efectiva de toda la *voluntad* con el fin de alejar el cuerpo físico. Soy de opinión que, en la mayoría de los experimentos de proyección llevados a cabo por los hipnotizadores rara vez sale el espíritu del radio de actividad del cordón.

Ya hemos visto cómo es controlada la respiración del cuerpo físico desde el astral y cómo es posible interferir conscientemente con esta función vital. Yo he hallado que la interferencia consciente puede actuar sobre la resistencia del cable. En forma similar, también la pulsación cardíaca afecta la resistencia del cordón. Cuanto más tranquila sea la respiración, menor será la tensión del cable. Si hallándose consciente, el astral realiza inspiraciones profundas y llenas, y todavía se encuentra dentro del radio de actividad del cordón, aumentará la atracción del mismo, a veces hasta el punto de arrastrar al cuerpo astral hacia el físico e incluso dentro de éste. Yo mismo lo he experimentado y sé que es un hecho. Por otra parte, cuanto más veloz y más fuerte sea el pulso cardiaco, mayor será la resistencia del cordón.

Aunque la suspensión de la respiración, durante la exteriorización consciente, debilita la resistencia del

cable, no es aconsejable practicarla, como recurso para salir del radio de actividad del cordón, pues, como ya dije antes, el organismo físico podría correr cierto peligro por falta de oxígeno, debido a que se encuentra ya en un estado debilitado. El punto vital radica en el hecho de que la emoción actúa aumentando la tensión del cable y, por consiguiente, en detrimento de la proyección. ¿Por qué? Simplemente, porque la emoción acelera la respiración y el pulso.

Supongamos, por ejemplo; que un sujeto se exteriorizase conscientemente en el cuerpo astral, dentro del radio de actividad del cordón, y que el miedo lo sobrecogiese. Esto traería aparejada una serie de emociones que, a su vez, determinarían la aceleración del pulso y de la respiración. El organismo físico adquiriría entonces, un mayor vigor. Esto aumentaría consiguientemente la resistencia del cable y, a menos que se presentasen otros factores favorables a la exteriorización capaces de compensar la acción de aquélla, tendría lugar la interiorización.

Aunque suele y puede compararse a la "línea de fuerza" astral con un cable de goma, en un aspecto es completamente diferente. Supongamos que se tirase de ambos extremos de un cable elástico a la vez. Al aumentar la longitud, el diámetro disminuiría proporcionalmente, intensificándose la resistencia. En el caso del cable astral, si bien es cierto que al aumentar la longitud disminuye el diámetro, la resistencia se hace, en cambio, *menor.*

La fuerza que actúa en el cordón no es generada por él. La índole de esa fuerza permanece en el misterio. Unas veces, parece hallarse perfectamente controlada, tendiendo a apartar al espíritu del cuerpo físico, pero otras se comportan caprichosamente, impulsando primero hacía adelante al cuerpo astral, arrastrándolo luego rápidamente hacia atrás, y arrojándolo, por fin, primero a un lado y luego al otro.

Ahora bien; durante todo el transcurso de la proyección actúan factores favorables y factores desfavorables para la producción del fenómeno, en forma similar a lo que acontece con otros procesos de la naturaleza. Cuando los factores positivos contrarrestan la acción de los negativos, la proyección se desarrolla en forma ordenada y bien dirigida

Si, en cambio, predominan los factores negativos durante la coincidencia, es imposible la realización de la proyección. Si los factores negativos recién se intensifican estando el fantasma proyectado (dentro del radio de acción del cordón), perturbarán, naturalmente, el desarrollo normal del fenómeno. Y aunque estas dos fuerzas contrarias se hallan siempre presentes, las influencias favorables deberán necesariamente ser algo más grandes que las contrarias, so pena de que cese el avance

La fuerza que actúa en el cable astral se rige por el predominio relativo de los factores positivos o negativos que, según acabamos de decir, están siempre presentes. Recuérdese que no es el fantasma quien se aleja del cuerpo físico o regresa al mismo. Es

la fuerza subconsciente la que así lo determina. Para el fantasma consciente es como si el cable tuviera verdadera inteligencia. Es ésta la fuerza subconsciente que actúa en él. Y esta fuerza depende del equilibrio de los factores positivos y negativos.

Cuando estos factores contrarios se hallan parejamente equilibrados, y cuando el fantasma ha alcanzado una distancia de separación de (digamos) un metro ochenta, se producirá una inestabilidad en el astral, una oscilación de lado a lado y luego de atrás hacia adelante. Ya hemos explicado la forma en que las emociones intensifican la tensión del cordón astral y cómo la serenidad produce el efecto contrario. Es rarísimo que estos factores opuestos no entren en conflicto durante una proyección. Los sonidos (al igual que las emociones) actúan aumentando la tensión del cordón, de modo tal que el silencio es absolutamente indispensable.

EJEMPLO DE UNA INTERIORIZACION CAUSADA POR UN RUIDO

Recuerdo una exteriorización en que me hallaba a unos cuatro metros y medio del cuerpo físico pero dentro todavía del radio de acción del cordón. Eran alrededor de las once de la noche. La progresión se desarrollaba en forma lenta y errática. En el sótano alguien empezó a sacudir vigorosamente las parrillas del horno. El ruido llegó a mí en forma sorpresiva. El cable entero pareció vibrar un instante y luego, con un

tirón enorme, me arrastró rápidamente de la posición erguida a la horizontal, llevándome así por el aire hasta el sitio exacto de mi cuerpo físico, entrando de inmediato en coincidencia; el "regreso" se desarrolló en algunas fracciones de segundo.

Los ruidos y las emociones "barren" al astral llevándolo de regreso al estado de coincidencia con mayor rapidez y eficacia que cualquier otro factor desfavorable, a menudo con la velocidad del relámpago. En tales ocasiones, el cuerpo físico siempre experimenta un "shock" a veces acompañado de dolor, o, tal como yo lo he designado, una sensación de "desgarramiento en dos". El término técnico es "repercusión".

REPERCUSION DEL CUERPO ASTRAL

Dentro del radio de acción del cordón pueden producirse muchos fenómenos curiosos: repercusión del propio cuerpo astral, repercusión de la sensibilidad, repercusión del movimiento, sensibilidad dual, falta de sensibilidad, catalepsia, inestabilidad del cuerpo, etc. Consideraremos en primer lugar, la repercusión del cuerpo astral.

La causa más común, probablemente, de repercusión corporal es el despertar de la conciencia durante una proyección inconsciente. El espíritu puede hallarse proyectado a cualquier distancia, dentro del radio de acción del cordón, en estado inconsciente, cuando de pronto, la conciencia hace su aparición. Casi antes de

que estalle la primera chispa de conciencia, el astral repercute dentro del físico con inconcebible velocidad. Cuando la coincidencia tiene lugar en esta forma, un sacudón recorre todo el organismo físico —como si cada músculo del cuerpo se hubiera contraído en el mismo momento— haciéndose particularmente notable en los miembros. La conciencia, causa determinante de la repercusión corporal, ha entrado en actividad y, en consecuencia, inmediatamente después de la repercusión el sujeto se halla consciente y ya en el cuerpo físico.

Existen cientos de personas (todos los que duermen) cuyos cuerpos astrales salen ligeramente de coincidencia noche a noche a fin de cargarse de energía cósmica. ¿Le ha pasado alguna vez al lector hallarse muy fatigado y, al entrar en el estado hipnagógico (cuando uno empieza a dormirse), dar un brusca salto espasmódico y recobrar la conciencia? El médico llama a esto "nervios" pero eso no explica nada.

La solución del problema no es difícil. Cuando el condensador, el cuerpo astral, se halla descargado, el subconsciente lo saca de coincidencia en la primera oportunidad, a fin de recuperar energías lo antes posible. De este modo, cuando uno se halla fatigado o enervado por cualquier otra circunstancia, al entrar en el estado hipnagógico el astral sale de coincidencia. Un destello de conciencia se hace entonces presente, o se oye un ruido repentino, o algún agente excita las emociones, como el miedo, por ejemplo. El cuerpo

astral repercute, entonces, sacudiendo al físico, aunque solo haya estado separado de éste por escasos centímetros.

Debe tenerse presente que el fantasma se halla en estado cataléptico por lo cual, al coincidir vigorosamente, obliga a los músculos relajados del cuerpo físico a conformarse a su propio estado. Si el astral regresa al físico sin violencia, en estado cataléptico, y el sujeto se torna consciente, la sensación experimentada será la de una parálisis momentánea. El shock producido por la repercusión es siempre desagradable y unas veces más violento que otras. La violencia depende del espacio que deba recorrer el cuerpo astral para entrar en coincidencia nuevamente, como así también de la velocidad con que tenga lugar la interiorización.

La velocidad de interiorización está regulada, a su vez, por la preponderancia relativa de los factores negativos. Cuanto mayores sean la velocidad y la distancia, tanto más violento será el sacudón. La velocidad y la distancia combinadas producen la repercusión máxima; pero de estos dos factores es el primero el más importante; en efecto, aun a la distancia de treinta centímetros, si el regreso al cuerpo físico se produce con gran velocidad, éste sufre un shock violento.

El resultado más aparente de esta súbita reanimación —cuando velocidad y distancia se hallan combinadas— es la sensación de ser desgarrado longitudinalmente a lo largo del eje central del cuerpo.

La expresión "desgarrón longitudinal" describe esta dolorosa sensación con más exactitud que cualquier otra palabra. Es un agudo dolor repentino, como si un afilado instrumento hubiera atravesado el cuerpo en toda su longitud.

Este serio efecto no es experimentado con tanta frecuencia como el "salto", debido a que la mayoría de la gente no alcanza grandes separaciones. Sin embargo, los dos son sumamente desagradables. No podría decir si estas penosas repercusiones encierran algún peligro para el cuerpo astral, pero es probable que solo se trate de accidentes más desagradables que perjudiciales. Cuando el regreso se halla controlado, como es lo normal, por el subconsciente —con predominio equilibrado de los factores positivos y negativos— el sujeto no advierte la regresión al estado de coincidencia.

Si el principiante que intenta realizar este fenómeno (proyección) sufre serias repercusiones corporales, entonces tendrá un índice de que, en cierta medida, ha logrado realizar la proyección; si bien en medio de un conjunto de serios factores negativos. Una repercusión seria suele poner punto fina1 a estas experimentaciones debido al temor del sujeto de experimentar nuevos shocks, pues este miedo reprimido acarrea consigo, a su vez, fuertes emociones que, al primer destello de la conciencia, "barren" al astral hacia el cuerpo físico con nuevas y desagradables repercusiones.

Pero si el sujeto desea realmente ejecutar proyecciones de más vastos alcances y experimenta repercusiones corporales, lejos de fijarse en el dolor que ocasionan (que solo es pasajero) o de temerlas por peligrosas, deberá aceptarlas como la mejor prueba del éxito de su tentativas, persuadiéndose de que no encierran ningún peligro y de que no deben perturbar la marcha de sus proyecciones. Esto eliminará el miedo reprimido que pone en marcha las emociones perturbadoras durante la proyección.

Los ruidos, sensaciones y emociones producen repercusiones corporales, siempre que el astral se encuentre dentro del radio de acción del cordón. Claro está que fuera del radio de acción del cordón estas influencias son nulas. El principal factor es, quizás, el emocional; los ruidos, sensaciones, etc., son factores secundarios. Y aquí nos encontramos con otra paradoja. La proyección astral de tipo inconsciente es de tal naturaleza ¡que acarrea sensaciones! Estas sensaciones determinan la aparición en la mente de emociones o sueños. Y la emoción nacida del sueño hará que el cuerpo sutil se interiorice.

Quizás pueda llamarse a esto "un círculo vicioso". Y lo es en cierto sentido; sin embargo, sucede aquí lo mismo que con los sueños; la irritación o sensibilización de la vejiga hará soñar al sujeto que la vacía. Y el sueño de vaciar la vejiga, hará que ésta sea vaciada. Por regla general, las sensaciones producidas por la actividad del cuerpo astral,

determinan la aparición de sueños del tipo de volar, que pasaremos a discutir de inmediato

CAPITULO IV

SUEÑOS TIPICOS DE "PROYECCION"[1]

Existen varios sueños "repetidores" causados por la exteriorización del cuerpo astral, que estudiaremos a continuación:

1. Sueños de caídas.
2. Sueños de vuelos.
    a) Sueño de nadar.
    b) Sueño de vuelo (vertical).
    c) Sueño de los pasos gigantes.
3. Sueño de los aleteos del cuerpo y de la cabeza.
4. Sueño de los golpes en la cabeza.
5. Sueño del avance hacia un objeto espectral.

¿Ha experimentado el lector alguna vez los sueños de volar y de caer? Si es así, sabrá perfectamente cuán desagradables son. Se han expuesto muchas teorías para explicar estos sueños, pero algunas son tan incorrectas como eminentes sus creadores. Y no obstante, estos sueños son sumamente fáciles de

explicar, toda vez que se ha experimentado la proyección astral.
Veamos cómo se expresa Walsh con respecto al sueño de caer; adviértase la forma en que lo compara con lo que ya hemos aprendido de la proyección astral. Cito al Dr. Walsh:

"Los sueños de caídas no son nada agradables. Por lo general provocan un shock que despierta al que sueña (repercusión). Corre la superstición de que si el sujeto llega al fondo del precipicio, sobreviene la muerte. Claro está que esto es pura imaginación. y el único argumento en defensa de tal punto de vista es que naturalmente no podemos despertar a una persona muerta y preguntarle si había tenido o no semejante sueño; pero, por otro lado, tampoco puede probarse esta superstición. Puede sí suceder que los sujetos histéricos o nerviosos tengan sueños de caídas tan vívidos que determinen una parálisis funcional o debilitamiento paralelo del organismo.

"El sueño de caer puede ir asociado con el de volar, sucediendo a éste, o bien puede ocurrir independientemente. Una persona puede soñar, por ejemplo, que vuela placenteramente y luego, que se precipita súbitamente; o bien puede soñar que cae desde la cumbre de una montaña u otro lugar elevado, sin ningún sueño previo de volar. En estos sueños de caídas nos despertamos siempre antes de llegar al fondo; esto sucede porque al producirse el sueño ya estamos en vías de despertarnos o bien porque las

emociones provocadas por el sueño son lo bastante fuertes para causar el despertar.

"Existen muchas explicaciones posibles del sueño de caer. La explicación más corriente es que se halla relacionado con el de volar, con la sola diferencia de que en el primero la respiración se hace más dificultosa y lenta y aumenta el entumecimiento de la piel. Las interferencias con la salud, pueden a veces, producir estos cambios.

"Jewell, citado por Ellis, afirma que ciertos observadores, particularmente propensos a los sueños de caer y volar, los atribuyen definidamente a una circulación defectuosa y declaran que, habiéndoles recetado sus médicos determinados remedios, a fin de regular el funcionamiento del corazón, éstos han tenido siempre un efecto inmediato, librándolos de los sueños. Los sueños ocasionales de caer no encierran, sin embargo, ninguna importancia.

"No pocas veces el sueño de caer se produce precisamente cuando uno está por dormirse. Como ya dijimos antes, el sueño avanza gradualmente, los músculos se relajan con lentitud y los sentidos empiezan a perder su sensibilidad. Mucha gente experimenta, en el momento de dormirse, la sensación de deslizarse hacia abajo dentro de un agujero o por una pendiente, despertándose a veces sobresaltada. Estas personas son por lo general de carácter nervioso, aunque la fatiga o una ligera perturbación de la salud normal, puede predisponer a experimentar esta sensación. Es posible, si se presta atención a las

sensaciones que se hallan psicológicamente presentes en el estado hipnagógico, percibir la relajación de los músculos y la sensación de hundimiento o deslizamiento que la acompaña. No se aconseja practicar esta observación, sin embargo, si el sujeto es impresionable o nervioso.

"El uso de una cama dura y firme elimina con frecuencia la sensación de hundimiento durante el estado hipnagógico, pudiendo prevenir así, ciertos sueños de caídas. Si la cama se hunde en el medio, puede cooperar a producir la impresión de hundimiento, en las fases iniciales del sueño; o bien la de caída, al cambiar de postura durante el sueño. Las personas afectadas por estos sueños perturbadores pueden encontrar alivio a sus males, ocasionalmente, eliminando el ruido de las persianas abiertas, el crujido de los resortes del lecho, etc...

"La sensación que experimentamos, durante la vigilia, de ser arrastrados hacia el borde de algún edificio muy alto en el cual acertemos a hallarnos, o el mareo que se apodera de nosotros al ascender rápidamente a un lugar elevado, pueden tener cierta importancia en la explicación de los sueños de caídas. La causa reconocida de estas sensaciones durante la vigilia es una disminución de la presión sanguínea. Durante los sueños es sabido que el sujeto puede reconstruir escenas de la vida real, y así, en este caso, la sensación de caer, cuando la ha experimentado claramente durante la vigilia. No es rara la disminución de la presión sanguínea durante el sueño, debido a

ligeras perturbaciones físicas; este hecho también puede explicar algunos sueños de caídas."

En los párrafos que anteceden el Dr. Walsh nos suministra una descripción ideal del sueño de caída, adelantando algunas explicaciones plausibles acerca de su origen; y es indudable que algunas de las causas por él expuestas estimulan este tipo de sueños; sin embargo, yo me atrevo a afirmar con entera convicción que la causa más corriente del sueño de caída es la interiorización del cuerpo astral proyectado.

El doble puede hallarse exteriorizado a cierta distancia del cuerpo; surgen entonces factores negativos y aquél es arrastrado de la posición vertical a la horizontal a través del espacio hasta quedar directamente encima del físico, para caer luego dentro de éste. A menudo se tiene la impresión de flotar cuando el astral yace horizontalmente por encima del físico y aparece en ese momento el primer destello de conciencia. Se inicia entonces un sueño de volar o de flotar. Aparecen las emociones —nuevos factores negativos— y sobreviene un repentino descenso. Consecuentemente el sueño virará a la espantosa sensación de caída. En el instante en que el astral entra violentamente en coincidencia —repercute— el shock es transmitido al cuerpo físico.

Este ejemplo ilustra la forma en que la proyección puede hacer que una sensación —emparentada con la acción que se está desarrollando— produzca un sueño, éste promueva a su vez ciertas emociones y el

astral se interiorice. El sujeto puede recibir la impresión de que el sueño ha durado largo tiempo, más del necesario para que el espíritu se interiorice; pero no es esto lo que ocurre en la realidad. Un sueño, que insume, en apariencia un largo espacio de tiempo, puede desarrollarse en un brevísimo lapso.

Si el lector ha experimentado alguna vez el sueño de caer, sabrá con exactitud lo que significa interiorizar con velocidad. Aun cuando el sujeto se halla plenamente consciente, la repercusión del cuerpo astral producirá una sensación idéntica a la experimentada cuando la conciencia no es completa. Por mi parte, durante largo tiempo experimenté con anterioridad a mi primera proyección consciente, casi noche a noche, sueños de caídas, sueños de flotar y fuertes repercusiones. Uno puede hallarse a solo algunos centímetros fuera de coincidencia y experimentar, durante el descenso, un sueño de caída.

Aunque no estoy en completo acuerdo con el Dr. Walsh, debo admitir que su descripción del sueño reúne todas las condiciones necesarias para tornarla ideal, de modo que practicaremos en la misma una especie de disección, relacionando los distintos fragmentos con los procesos astrales. Las frases tomadas de este autor serán designadas por medio de una "W".

W. "Los sueños de caídas están lejos de ser agradables." Es precisamente por esta razón que una emoción intensa estimula y repercute sobre el cuerpo o con mayor rigor.

W. "Por lo general determinan un shock que despierta al sujeto." Esto no es sino la "repercusión" del cuerpo astral.

W. "Un sueño de caer puede ir asociado con otro de volar, al cual sucede."

Cuando un sueño de volar precede a otro de caer, como es lo común, la sensación de flotar o volar obedece en un principio al hecho de que el cuerpo astral se halla flotando realmente de un lado a otro por encima del físico. Y así, flotando, se halla cuando resplandece la primera chispa de la conciencia. La sensación determina el surgimiento de emociones; el cable y el cuerpo físico son afectados por igual y el astral comienza a ser arrastrado hasta ocupar la posición directamente encima del físico; de aquí la sensación de volar. A continuación, el astral se precipita hacia abajo dentro del organismo físico, originando así la impresión de caída. Al entrar en coincidencia sobreviene la repercusión o shock del organismo físico.

W. "El sujeto puede soñar que se precipita desde la cumbre de una montaña u otro lugar elevado sin ningún sueño previo de volar." Esto ocurre cuando el primer relámpago de la conciencia se hace presente en el momento en que el cuerpo astral yace directamente encima del físico. En este caso solo se limita a caer o, dicho en otras palabras, es arrastrado rápidamente hacia abajo por la presión del cable."

W. "En los sueños de caídas nos despertamos siempre antes de llegar al fondo; esto sucede porque al producirse el sueño ya estamos en vías de despertarnos o bien porque las emociones provocadas por el sueño son lo bastante fuertes para causar el despertar."

La mayoría de los expertos se hallan acordes en el hecho de que el sujeto siempre se despierta antes de tocar el fondo, en este tipo de sueños. Lo cual no es exacto. Muchas veces me ha sucedido tocar el fondo, y además he recogido el testimonio al respecto de muchas otras personas. La mayoría de éstas, al igual que yo, *tocan* el fondo exactamente al mismo tiempo que repercuten. Es decir, que el llegar al fondo en el sueño y el chocar con el cuerpo físico tienen lugar simultáneamente. Se puede chocar con el fondo en el sueño de caer, experimentar solo una ligera repercusión, volverse a dormir, y continuar soñando que se han sufrido graves lesiones, incluso que uno se halla reducido a polvo, como resultado de la caída."

W. "Ciertos observadores particularmente propensos a los sueños de caer y volar, los atribuyen definidamente a una, circulación defectuosa y declaran que, habiéndoles recetado sus médicos determinados remedios a fin de regular el funcionamiento del corazón, éstos han tenido siempre un efecto inmediato, librándolos de esos sueños."

¡Otra confirmación de la proyección astral! La administración de medicamentos para regular el funcionamiento del corazón elimina los sueños de

caídas, porque impide la separación astral. Un sujeto puede ingerir estricnina e impedir efectivamente la proyección puesto que, al regular el funcionamiento cardíaco, ya no habrá posibilidad de una pasividad física subnormal. Más adelante veremos cómo la disminución del pulso cardíaco actúa favoreciendo la proyección. La pasividad física subnormal requerida para este fenómeno depende siempre del corazón.

W. "Estas personas (sujetas a las sensaciones de caídas) suelen ser de carácter nervioso, aunque la fatiga o las ligeras perturbaciones de la salud pueden predisponer a experimentar estas sensaciones.

La fatiga, la nerviosidad, etc., son siempre causa de la separación del cuerpo astral. Aún antes de que sobrevenga el sueño, el astral se halla ligeramente fuera de coincidencia, a fin de cargar energía cósmica. Puede darse el caso, incluso, de que uno se halle en estado hipnagógico, a varios centímetros fuera de coincidencia.

W. "La sensación que experimentamos, durante la vigilia, de ser arrastrados hacia el borde de algún edificio muy alto en el cual acertemos a hallarnos, o el mareo que se apodera de nosotros al ascender rápidamente a un lugar elevado, pueden tener cierta importancia en la explicación de los sueños de caídas." Esto es perfectamente cierto; lo sé por experiencia.

Pese a las críticas de que pueda ser objeto, a mi juicio el libro del Dr. Walsh, la *Psicología de los sueños,*

encierra un alto valor informativo y creo que debe recomendarse su lectura a todos aquellos que estén interesados en los fenómenos oníricos.

[1] La bibliografía sobre el tema de los *Sueños* es, naturalmente, enorme; esto nos hace imposible proporcionar una lista completa de la misma. Mencionaré, no obstante, algunos libros que pueden resultar de particular interés para el lector, pues arrojan cierta luz sobre el problema específico de la proyección astral. Son ellos:

Studies in Dreams, de Mrs. Arnold Forster.

Dreams and their Meanings, de Horace G. Hutchinson.

The Dream Problem, (Ed. por Ram Narayan).

Dreams, de C. W. Leadbeater.

The Dreams of Orlow, de A. M. Irvine.

Imagination in Dream, de Frederick Greenwood.

Dreams and Premonitions, por L. W. Rogers.

An Expenment Whith Time, de 3. W. Dunne.

The Nature of Dreams, de H. Carrington.

COMO DESCUBRI LA CAUSA DE MUCHOS SUEÑOS DE CAÍDAS

De pequeño tenía la costumbre de ir casi diariamente a jugar con un amigo, más o menos de mi misma edad, que vivía en una casa vecina. Era ésta una amplia construcción, de forma cuadrada y de extraordinaria altura, pues estaba construida en la cima de un monte. Sobre el techo, que era chato, había una azotea con rejas a la cual se llegaba por medio de una escalera que la unía con el desván.

Muchas veces habíamos tratado de subir a la azotea, pero siempre la madre de mi amigo había arruinado nuestros planes. Pero llegó por fin el día en que nuestro centinela debió ausentarse. Estábamos jugando a los soldados y subimos a la azotea, que llamábamos "Monte de guardia", para vigilar al enemigo. Permanecí durante algún tiempo cerca del centro de la azotea, pero al cabo de un rato me arrastré sobre mis manos y rodillas hasta el borde y, levantando la cabeza por encima del límite superior de la verja, miré hacia abajo. Entonces me sentí mareado, pareciéndome que algo me impulsaba a saltar, precipitándome en el suelo. De no haber sido por la verja yo creo que lo hubiera hecho. Un instante después el susto fue más grande que la tentación de tirarme y me retiré rápidamente arrastrándome hacia el centro de la azotea y de allí bajé precipitadamente hasta encontrarme en la calle una vez más, sano y salvo. Desde entonces siempre tuve miedo de volver a

subir a la azotea. Aún ahora el solo pensar en ello me da escalofríos.

Un año más tarde, más o menos, comencé a experimentar sueños de caídas o más bien un mismo sueño que siempre se repetía con toda exactitud. Soñaba que me hallaba flotando sobre la casa de mi amigo siempre en el preciso lugar hasta donde me había arrastrado desde el centro de la azotea. Y en el sueño, no bien alcanzaba el borde, en el mismo punto por donde había mirado hacia abajo aquel día en que jugábamos a los soldados, me comenzaba a caer. En el momento en que golpeaba contra el suelo, me despertaba de un salto. En este sueño yo siempre aparecía uniformado de soldado y ya adulto.

Ya había experimentado varias proyecciones conscientes cuando una noche, retornó el viejo sueño. Estaba flotando sobre la casa en que vivía mi amigo. (Esto ocurría unos siete años después del día en que jugáramos a los soldados en "el monte de guardia"). Pero esta vez la sensación de flotar no pareció impresionarme tanto. Finalmente me detuve, en el lugar preciso en que siempre comenzaba la caída. Esta vez yo no caía. Me hallaba inmóvil, en el aire, al borde del techo. Lentamente comencé a recobrar la conciencia. Ya con toda lucidez para razonar, hallé que estaba proyectado en el cuerpo astral a un metro aproximadamente del cuerpo físico. No estará de más que agregue aquí que uno puede caer en el sueño aparentemente desde grandes alturas, pero la caída

real del astral es apenas una fracción de la distancia soñada.

Ya habrá advertido el lector que el cuerpo astral no se hallaba realmente en el lugar donde yo estaba según el sueño pero todo cuanto hacía era semejante a la actividad por mí desarrollada en el sueño. Este derivaba de la actividad del cuerpo astral, relacionada de algún modo con la impresión subconsciente que yo había recibido aquel día lejano de mi infancia, al mirar sobre la verja de la azotea.

Entonces comprendí el significado de los "sueños de caídas". Durante la parte del sueño en que yo flotaba sobre la casa, el cuerpo astral se hallaba encima del físico y a uno de sus lados. (Un destello de conciencia había brillado en ese momento, y puesto que me hallaba realmente flotando, vino con su luz la sensación de flotar.) Esto puso en marcha mis emociones. El cable comenzó a tirar, el astral a moverse por el aire (volar) hasta alcanzar una posición directamente encima del cuerpo físico. Este punto coincidía con la parte del sueño en que yo me hallaba al borde del techo. En el momento en que el astral descendiese, la sensación del sueño sería la de una caída. Y en el momento de la repercusión, volvería a mí la conciencia. Como se ve, esto explica el fenómeno de los sueños de caída.

Volviendo, pues, al punto de partida, diremos que la actividad del cuerpo astral puede provocar un sueño (de flotar, volar, caer) y el sueño puede, a su vez, despertar ciertas emociones; las emociones actúan

entonces como estímulo del cuerpo físico, determinando un aumento en la tensión del cable con la interiorización final del astral. Y todo el proceso puede atribuirse a una sola causa fundamental: la emoción. Las actitudes, sensaciones, sueños, ruidos, etc., son todos factores secundarios que pueden obrar conjuntamente con aquélla. La emoción puede ser, en sí misma, positiva o negativa. Si la sensación es agradable, la emoción también tendrá este carácter; se trataría en este caso de una emoción positiva para la exteriorización. Pero si la sensación no es agradable, la emoción será, naturalmente, negativa.

De ordinario, es el "proceso del despertar" lo que causa las emociones negativas mientras el astral flota en el espacio. Si el sujeto soñara que flota, mientras el cuerpo astral estuviera flotando *realmente* y este sueño fuera agradable —por ejemplo, un sueño de aviación— el resultado de la sensación sería una emoción agradable, siendo improbable la intervención de la conciencia. En estas condiciones, el sujeto experimentaría la agradable sensación de volar y su astral recibiría un impulso más fuerte hacia la exteriorización que hacía la interiorización. Se trataría en este caso de una emoción positiva para la exteriorización.

Los sueños de volar por lo general se recuerdan con agrado. Un amigo mío experimenta sueños de volar sumamente placenteros. Según él, el vuelo es tan real que, al hallarse físicamente despierto, casi puede experimentar la sensación de abandonar la tierra. En

estos sueños, afirma, parece siempre hallarse a algunos metros sobre el nivel del suelo, volando siempre sobre las cabezas de los demás.

La explicación corriente que dan los psicólogos de los sueños de vuelo es que éstos obedecen al movimiento rítmico de ascenso y descenso del pecho; pero Ellis, conjuntamente con otros autores, señala que estos sueños no pueden explicarse por la mera acción respiratoria, afirmando que uno tendría que perder la sensación de contacto con aquello que le sirve de apoyo. La nerviosidad es un síntoma conocido. Veamos lo que dice Walsh al respecto: "Los epilépticos tienen a veces la sensación de ser sumamente livianos y subir por el aire. Una Paciente declaró que, precisamente antes de una convulsión, sintió como si se hubiera elevado 'derecho al cielo'. La sensación de ascender también es experimentada por las personas en trance de morir, lo cual puede hacerles pensar que son transportados hacia el cielo. He aquí las palabras de un individuo agonizante: 'No dejéis que me lleven; sujetadme a la tierra'; es muy probable que esta sensación haya sido la causa de frase tan sugestiva."

Podríamos seguir considerando indefinidamente todas las teorías que existen para explicar los sueños de caer, flotar, ascender y volar. No falta quien sostenga que la "sensación de caer" es una reliquia de nuestra prehistoria, un vestigio que se remonta, a través de los siglos y de la civilización, a nuestras pasadas experiencias de "hombres—monos". No puede

negarse que tal explicación posee, si no verosimilitud, por lo menos originalidad. Otra difundida opinión sostiene que la "caída" de los sueños simboliza simplemente una "mujer caída", o un "alma caída", etc.

La causa subyacente de la mayoría de los sueños de aviación radica en los fenómenos del cuerpo astral. Es el movimiento específico realizado por el cuerpo astral durante la ocurrencia del sueño, lo que determina el tipo de sensación experimentada. Si se tiene presente la trayectoria recorrida por el cuerpo astral al exteriorizarse, será sumamente fácil aprehender la relación existente entre la proyección astral y el sueño de aviación. Recuérdese que el cuerpo astral asciende hasta colocarse en posición horizontal sobre el físico y luego se yergue en el mismo lugar, o bien se desplaza primero hacia un lado antes de erguirse.

Esta última operación es bastante frecuente y más frecuente todavía es que el cuerpo astral ascienda cierta distancia en posición horizontal —poco más de un metro— luego se desvíe dos o tres metros hacia uno de los costados, todavía en posición paralela al piso, y permanezca allí cierto tiempo antes de regresar. Esta es la forma en que se desarrollan la mayoría de las proyecciones y es en este tipo de experiencia en el que se originan muchos sueños de aviación.

He aquí otra actividad característica del astral: primero asciende hasta alcanzar determinada altura, en posición horizontal; luego lentamente, se aleja dos o tres metros hacia un costado; después regresa,

ubicándose nuevamente encima del cuerpo físico, para apartarse una vez más; y siempre en posición paralela al suelo. De la observación de las innumerables actividades del cuerpo astral, o proyecciones astrales, surge un rasgo característico, preferentemente puesto de manifiesto cuando el astral se halla dentro del radio de acción del cordón. Esta característica es la repetición de movimientos.

Podría compararse el proceso entero con el caso de una madre que permitiese ir a su hijo a un lugar distante... La madre (el subconsciente) permite al niño (el cuerpo astral) que se aleje un breve trecho de ella y luego lo hace regresar; más tarde le permite al chico que se aleje más y más, haciéndolo volver cada vez. Finalmente, tan grande es la distancia que la madre le permite recorrer al niño, que ya no puede llamarlo para hacerlo volver (fuera del radio de acción del cordón astral), con la consiguiente libertad del niño. No obstante, al cabo de un rato, la madre saldrá en busca del pequeño y lo traerá de una oreja a la casa. Pero el subconsciente (como la mayoría de las madres) a veces permite que el niño se aleje de la casa sin llamarlo tantas veces para que regrese.

El *miedo* es causa de muchos sueños de caídas. Puede suceder que uno se encuentre suspendido horizontalmente en el espacio y tenga un sueño (no de volar, sino un sueño ordinario) que, por una u otra razón, le produzca miedo, aunque después no se recuerde el sueño. La emoción estimulada por el sueño se hace tan intensa que sobreviene la

interiorización del cuerpo astral. De aquí, como una consecuencia natural, se sigue el sueño de caer.

No hace mucho, un miembro de mi familia tuvo una experiencia de este tipo. Soñó que la casa era asaltada y que uno de los ladrones amenazaba matarla. Fue tanto su terror que la emoción arrastró su cuerpo onírico hasta la posición de coincidencia, mientras al sueño de los asaltantes lo reemplazaba ahora un sueño de "caída".

No es raro experimentar un sueño de caída después de irse a dormir, cuando en el transcurso del día se ha recibido un gran susto; en efecto, un incidente aterrador, cualquiera sea su índole, sube hasta la superficie de la mente durante el sueño y pone en marcha las emociones del sujeto.

TIPOS DE "CAÍDAS" O INTERIORIZACIONES

Existen tres formas diferentes de interiorización del cuerpo astral, ya sea que el sujeto se halle consciente, inconsciente, o parcialmente consciente; en otras palabras, tres "caídas". Son ellas:

1. Caída en espiral.
2. Caída recta.
3. Caída vibratoria, lenta.

(A veces el astral se introduce por el costado; pero esto no es una caída.

Véase más adelante el "Sueño de ser arrastrado hacia un objeto espectral.)

En los sueños de caídas se experimentan las dos primeras de esta enumeración. La tercera es la llevada a cabo todas las noches, durante el sueño, puesto que es el método normal de interiorización.

La caída recta trae consecuencia una violenta repercusión, pues el astral se precipita directamente sobre el organismo físico.

En la caída en espiral el astral cae con un movimiento en espiral y, si bien es cierto que hay repercusión, no es ésta de las más violentas, como por ejemplo la que acompaña a la caída en línea recta. Sin embargo, la sensación de la caída en espiral es muy desagradable, mucho más incluso que la de la caída recta.

Todas las demás veces (salvo cuando el cuerpo se introduce por el costado) el doble desciende hacia el organismo físico con lentitud, vibrando en toda su extensión, de arriba a abajo, al entrar en coincidencia. Esta es la interiorización normal, perfectamente controlada.

LAS CAUSAS DE LAS DIFERENTES CAIDAS

¿Cuál es la causa de estas diferentes caídas? Ya hace muchos años que me planteé por primera vez este interrogante; luego, gracias a una experimentación repetida, descubrí que la voluntad consciente puede

hacer que el cuerpo astral sea sometido en *mayor* grado a la gravitación, si se la aplica en ese sentido, y en *menor* grado, si ése es el deseo de la voluntad. Descubrí también que la Voluntad subconsciente podía hacer que el cuerpo astral se moviese con completa independencia de la Voluntad consciente.

Asimismo, observé que la emoción tiene por efecto habitual hacer que la inteligencia rectora torne al cuerpo astral más sujeto a las leyes de la gravedad. De modo que, dentro del radio de acción del cordón, la emoción tiene un doble efecto. Primero, la emoción acarrea una mayor actividad vital en el cuerpo físico por intermedio del cable haciendo que el cuerpo astral sea arrastrado nuevamente al físico. Segundo, la emoción suele hacer que el cuerpo astral se comporte obedeciendo en forma más rigurosa las leyes de la gravitación.

Cuando el cable astral comienza a arrastrar hacia abajo al cuerpo astral flotante, si este último (por acción de la Voluntad subconsciente), ya sea espontáneamente, o estimulado por la emoción (en un sueño)., quedara reducido a tal estado que también la fuerza de la gravedad actuara sobre él, arrastrándolo hacia abajo, el resultado sería una caída recta con una violenta repercusión.

En la caída en espiral encontramos una fuerza que actúa en oposición a otra, a diferencia de la caída recta en que ambas fuerzas obran de acuerdo. Es decir que en la caída en espiral el cable arrastra al espíritu, pero éste se halla en un estado capaz de

resistir a la atracción de la gravedad; de este modo, en lugar de precipitarse directamente hacia abajo sobre el organismo físico, empieza a girar en espiral.

El caso es muy semejante al de un niño que tirase de una cometa. La cometa representa el cuerpo astral y el hilo representa el cordón astral. Cuando el niño tira del hilo, la cometa, que resiste la fuerza de atracción de la gravedad, comienza a descender girando en espiral.

En la caída espiral, la emoción determina, de ordinario, que el cuerpo astral sea arrastrado por la gravedad un instante antes de tocar el físico, pero la repercusión resulta considerablemente atenuada por la anterior espiral. En este género de caídas, la cabeza del sujeto parece girar en forma más acentuada que el cuerpo; esto se debe simplemente al hecho de que la acción del cable astral se ejerce sobre la cabeza. A veces, sin embargo, se hace tan intensa la atracción sobre la cabeza, que el cuerpo abandona su movimiento en espiral, comenzando a zigzaguear.

En la caída lenta, vibratoria, los factores se hallan equilibrados y la fuerza rectora que todo lo gobierna tiene todos los resortes bajo su control. Es este equilibrio de las fuerzas lo que determina el ligero balanceo del astral en dirección vertical, puesto que tiende por igual a moverse hacia arriba y hacia abajo; ¡tan delicado es el equilibrio!

Es evidente que en las dos primeras caídas debe existir algún factor que ha perturbado el control perfecto de la inteligencia rectora; por ejemplo, la

emoción o el miedo provocados por un sueño. No estará de más decir aquí que la exteriorización también puede ser de tres clases, a saber, el ascenso en línea recta, la ascensión en espiral y la ascensión normal, también lenta y vibratoria, como el descenso normal.

En el caso de la ascensión recta existe un empuje firme del cable, sumado a la liberación del cuerpo de la acción gravitatoria. En el ascenso en espiral, también existe el impulso del cable, pero el cuerpo sufre la influencia de la gravedad. En la ascensión lenta, vibratoria, hay equilibrio entre los factores y por ello ésta se halla bajo un perfecto control.

En la caída o ascenso en espiral, el sujeto suele oír una especie de "rumor" como si un par de alas revolotearan a su alrededor o como si el cuerpo ofreciera resistencia al aire que lo atraviesa.

COMO IMPEDIR LA REPERCUSION EN UN SUEÑO DE CAIDA

Después de haber experimentado unas cuantas veces sueños de caídas, llegamos a saber, *mientras caemos,* que se trata de un sueño; pero esto no nos quita el temor de precipitarnos contra el fondo. Ahora bien; hace ya mucho tiempo descubrí que lo mejor para anular el efecto de un sueño de caída consistía en "dejarse caer".

No está desprovisto de interés el hecho de que varias personas a quienes comuniqué mi hallazgo, lo recordaron en el sueño *durante* la caída y "se dejaron caer". Todos ellos declararon que la repercusión había sido casi insignificante. No hay que tener miedo de golpearse con el fondo; hay que dejarse caer y la repercusión, si la hay, será apenas perceptible. El miedo agrava la caída.

DIFERENTES. TIPOS DE SUEÑOS DE VOLAR

Existen diversas variantes del sueño de volar, casi tantas como las posiciones que puede adoptar el cuerpo astral mientras oscila en el espacio, sobre el cuerpo físico o la superficie del suelo. Téngase siempre presente que los "sueños proyectivos" son casi invariablemente acciones efectivas. SI el sujeto puede controlar sus sueños, también puede controlar los movimientos del cuerpo onírico. Más adelante nos detendremos nuevamente en este punto.

Una variante del sueño de volar la constituye el de "nadar", ya sea con o sin participación de las piernas y brazos. Este siempre tiene lugar al tiempo que el cuerpo astral se halla zigzagueando longitudinalmente por el espacio, en la posición horizontal.

Otra variante es aquella en que el sujeto se halla de pie y sueña se desplaza a gran velocidad sobre la superficie de la tierra, a lo largo de una calle, etc. En la realidad el cuerpo onírico ejecuta efectivamente estas

acciones, durante el desarrollo de muchos de esos sueños, moviéndose generalmente con la velocidad media. Muchas veces me ha sucedido despertarme en medio de un sueño de esta naturaleza, para encontrarme volando realmente en el astral. Por lo general este sueño es agradable.

Por último, tenemos el sueño "de los pasos gigantes", en que al sujeto le parece moverse sobre la superficie de la tierra, dando enormes pasos, pero con suma gracia y facilidad, en un casi deslizarse etéreo. También este sueño reproduce una acción verdadera. En estas ocasiones el sujeto se mueve por el espacio dentro de su cuerpo astral, y si bien existe movimiento de los miembros no son éstos quienes lo desplazan sino la Voluntad subconsciente. Así, cada paso equivale a una gran distancia recorrida, pues no es el paso en realidad el que hace avanzar al cuerpo.

Se lo podría comparar con el caso de las calesitas en los patios de juegos infantiles; los niños dan unos pasos al tiempo que la empujan y. esto basta para que puedan andar, sentados sobre ella, varias vueltas. El mejor ejemplo para ilustrar el sueño del "paso gigante" es el de un corredor fotografiado en el cine con cámara lenta; el deslizamiento, la gracia, la aparente falta de peso, etc., como si el corredor se hallara sostenido en el aire y recorriese con cada paso una gran distancia, son los puntos de contacto entre los dos casos comparados.

SUEÑO DEL ALETEO

He aquí un sueño típico de los que tienen lugar "dentro del radio de acción del cordón astral". En éste el sujeto experimenta sacudones rítmicos, en tanto que su cuerpo parece hallarse sumamente laxo, "flameando" en dirección longitudinal, en forma algo semejante a aquella en que se mueven los brazos y el cuerpo de un jinete al cabalgar.

En este sueño el cuerpo parece casi carecer de peso y los "saltos" son a menudo graciosos y se suceden rápidamente con intervalos regulares. A menudo el sujeto sueña que avanza de este modo a lo largo de una calle o cualquier otro camino. Otras veces solo parece ser la cabeza del sujeto la que "aletea" o se sacude, pero en forma muy pronunciada.

La causa más corriente de este sueño suele ser la actividad del cordón; la alternación regular de impulsos y tirones del cable hace que el cuerpo onírico se mueva rítmicamente. Algunas personas sueñan que van dando saltos semejantes a los de un conejo. A veces el aleteo es sumamente exagerado y puede tenerse la impresión de que pasan siglos entre un aleteo y otro.

SUEÑOS DE GOLPES EN LA CABEZA

También éste es experimentado dentro del radio de acción del cordón astral. El sujeto sueña siempre que algo o alguien lo está golpeando en la cabeza. Son

bastante intensos y regulares. Un psicoanalista corriente (perteneciente a la escuela que sostiene que todos los sueños son el resultado de estados previos de la conciencia) le dirá al sujeto que este sueño tuvo su origen en el hecho de que alguna vez debía haber visto algún hombre golpeando a alguna criatura en la cabeza y que esta escena había causado una profunda impresión en su sensibilidad. Lo cual sería tan poco científico o cierto como el cuento de Adán y Eva.

El sueño de los golpes en la cabeza obedece, por regla general, a las intensas pulsaciones del corazón que, al ser transmitidas a través del cable, llegan hasta la cabeza a la altura de la nuca del cuerpo onírico, donde repercuten.

Nueve veces de cada diez en que el proyector recobre la conciencia dentro del radio de acción del cordón, sentirá las pulsaciones en el cable astral, en la región del bulbo raquídeo, aun antes de que su estado sea lo bastante lúcido para que pueda explicarse lo que le está sucediendo.

No estará de más aclarar que no todos los sueños pueden explicarse por estados preexistentes en la conciencia. Debe entenderse, asimismo, que no *todos* los sueños aquí mencionados son causados por la actividad del cuerpo astral, sino *muchos* de ellos. Por ejemplo, un sueño de flotar puede ser simplemente el resultado de la acumulación de gas debajo del diafragma, con la consiguiente opresión del corazón, lo cual puede dar la sensación de hallarse en el aire.

SUEÑO DE AVANCE HACIA UN OBJETO ESPECTRAL

Con frecuencia el cuerpo onírico emerge del físico desplazándose a cierta distancia por el aire; luego desciende hasta colocarse en el mismo nivel que el cuerpo físico, pero a una distancia de éste de, digamos, tres metros. El cuerpo astral puede descansar en esta posición cierto tiempo, hasta que, por una u otra razón (por lo común debido a un estado emocional, el cable empieza a arrastrar al "doble" hacia el físico, que se encuentra a su misma altura.

El sujeto, que se halla soñando, cree ver un objeto espectral en lugar de su propio cuerpo físico. En el sueño, avanza por lo tanto hacia un objeto que tanto puede ser un Buda, alguna persona odiada, un animal, etc.; en realidad, cualquier cosa que pueda representarse la mente del sujeto en ese momento. El cuerpo físico es, de este modo, la realidad que descansa detrás de aquellos oscuros símbolos y hacia la cual se dirige.

Muchas veces sucede que el objeto parece avanzar hacia el sujeto, en lugar de ser el sujeto quien avanza hacia el objeto. Siendo éste un sueño de "repetición", cada vez que retorna a la mente, ésta se representa el mismo objeto. El sujeto es arrastrado cada vez más cerca, hasta ser finalmente absorbido por el objeto; generalmente el sujeto se despierta con una repercusión, al coincidir con el cuerpo físico en el lugar

preciso que la forma espectral ocupaba en el sueño. El movimiento de "succión" tanto puede ser gradual como muy rápido.

Este sueño no difiere en gran medida del de caer, por lo menos en lo relativo a las causas; pero mientras que en el sueño de caída el cuerpo onírico se mueve hacia abajo, en éste el cuerpo astral ingresa al físico lateralmente.

Todas las veces que experimenté esos sueños me he sentido arrastrado hacia algún objeto monstruoso, generalmente con aspecto de Buda; en el momento en que me precipitaba contra el mismo, estallaban luces en todas direcciones desde el lugar en que se habla producido el choque, coincidiendo todas estas sensaciones, naturalmente, con la repercusión.

Una amiga me ha relatado sus experiencias personales en este terreno. Siempre que experimenta este tipo de sueño (de repetición), dos ojos monstruosos parecen contemplarla, al tiempo que avanzan hacia ella incesantemente, tomándose más y más grandes a medida que se acerca, basta que por fin parecen absorberla y entonces se despierta con un sobresalto, ya en el cuerpo físico.

También mi hermana solía tener este tipo de sueños, pero en su caso el objeto era una enorme botella, acostada sobre el costado. Primero comenzaba a ser arrastrada hacia el cuello de la ilusoria botella y luego hacia su interior; en este momento solía despertarse

con un sobresalto, exclamando: "¡El corcho me arrastra hacia la botella!"

Existen incontables variantes de este sueño, pero la actividad del cuerpo onírico siempre es la misma. Claro está que es el cable el que arrastra al cuerpo astral dentro del físico. He realizado largas investigaciones en lo relativo a este sueño, comprobando que la mayoría de las personas que lo habían experimentado, lo habían hecho en la edad de la pubertad. Si esto puede entrañar o no alguna significación, no puedo decirlo.

SUEÑOS ILUSORIOS

En muchos sueños las personas y los objetos aparecen con su aspecto verdadero, en tanto que en otros se presentan modificados. Puede suceder que uno vea algo o a alguien en el sueño e inmediatamente surjan ideas asociadas, impresiones relacionadas con la cosa vista, exactamente del mismo modo en que asociamos una idea con otra durante la vigilia. La mente ve entonces algo o alguien que solo guarda cierta relación con el objeto real. Durante el sueño puede "verse" cualquier cosa en que se pose el pensamiento; de este modo, cuando surge en la mente un pensamiento con referencia a un objeto dado, el sujeto lo ve como una entidad real, aunque no se trata sino de una ilusión.

Así, en el sueño de volar, el sujeto puede sentir la presencia del cuerpo físico debajo suyo, y esta impresión trae aparejadas otras diversas impresiones con ella relacionada, con lo cual el cuerpo, por acción de las distintas ideas así asociadas, puede tomar el aspecto de una multitud, un animal, o cualquier otra cosa, sobre los cuales el sujeto cree hallarse volando. En el sueño de caer, la cama puede presentarse como si fuera la tierra o el fondo de un precipicio, debido a que la mente asocia con la idea de tierra o fondo durante la caída. Estos son solo burdos ejemplos de sueños ilusorios.

Mientras dormimos se desarrolla una incesante asociación de ideas e impresiones en las enigmáticas cámaras de nuestro cerebro. Puede suceder que no siempre seamos conscientes de ellas; puede suceder que no siempre recordemos nuestros sueños; pero, no obstante, existe siempre un fluir constante de impresiones. Y es por acción de la sucesión de ideas que muchas personas y objetos se nos aparecen diferentes o alterados.

Un hombre de larga barba puede suscitar la idea de un animal peludo en el sujeto que sueña. Entonces el hombre percibido asume, en el sueño, la forma de un animal; en otras palabras, el sujeto es víctima de una ilusión. El animal, a su vez, puede sugerir la idea de caza; la caza puede sugerir la de una escopeta; la escopeta, la de ser muerto por un enemigo, etc. Si el sujeto, al despertarse, solo recuerda la parte del sueño en la que le daban muerte con una escopeta, entonces declarará haber soñado que alguien lo mataba.

Puede suceder que uno se halle viajando en el cuerpo astral, soñando, y al despertar descubra que muchas de las cosas aparentemente vistas en el sueño, solo eran ilusiones. También incurrimos, en nuestros sueños, en exageraciones con respecto al tiempo y la distancia.

En el sueño del "aleteo", por ejemplo, a veces parece que transcurrieran siglos entre un "aleteo" y otro, en tanto que, en realidad, solo media un breve espacio de tiempo. Y en el sueño de caer, a menudo nos parece caer desde una gran altura, en tanto que la distancia real recorrida por el cuerpo astral, al realizar su descenso sobre el físico, es incomparablemente más pequeña.

CAPITULO V

EFECTOS DE LA INESTABILIDAD

He comprobado, por regla general, que el subconsciente libera al fantasma del estado de catalepsia en el límite del radio de acción del cordón astral. Cuando reaparece el movimiento en el cuerpo proyectado dentro de este límite; es casi seguro que la interiorización se producirá en forma instantánea (si se trata de un principiante en estado consciente).

A continuación pasaré a detallar lo que ocurre cuando el astral es liberado de la catalepsia dentro del radio de acción del cordón. Supongamos que el cuerpo astral se halle proyectado, en posición erguí da, a una distancia de uno o dos metros y medio del cuerpo físico. Estamos dentro del radio de acción del cordón astral, por lo cual, el fantasma estaría sujeto a la tensión del cable. Ahora bien; si el fantasma estuviese dotado de capacidad para moverse, su comportamiento se asemejaría considerablemente, sin duda, al andar vacilante de un borracho o al de un niño que empieza a caminar, oscilando de un lado a otro. Surgirían entonces determinadas emociones; el fantasma entraría nuevamente en catalepsia, y sería arrastrado hacia la posición horizontal, encima del cuerpo físico, precipitándose finalmente, sobre éste.

Claro está que la repetición continuada de estos hechos terminarían por acostumbrar al proyector. Cuando un individuo se proyecta por primera vez tiene que aprender nuevamente a caminar; para ello dispone de su capacidad de movimiento dentro del radio de acción del cordón astral. Otra consecuencia inconveniente de que el fantasma reciba la capacidad para moverse cuando se encuentra dentro del radio de acción es que raramente puede mantener una verdadera estabilidad, siendo lo más frecuente, por el contrario, que sufra una especie de estupefacción o mareo, creyendo que él se encuentra inmóvil, de pie, y todo gira a su alrededor. No obstante, el subconsciente trata —por lo general con éxito— de mantener al fantasma en estado cataléptico hasta tanto no haya franqueado el límite de acción del cable astral

Existen tantas funciones individuales, de por sí complejas, que operan simultáneamente durante el acto de la proyección astral, que no es difícil que a esta altura el lector ya se halle un poco confundido. Debe recordarse que la mayoría de estas funciones tienen lugar dentro del radio de acción del cable, es decir, mientras el fantasma se halla separado del cuerpo físico, pero no en libertad. En realidad, no podría considerarse perfecta una proyección si ésta no hubiese superado el límite de acción del cable, aun cuando la entidad etérea se hubiera separado enteramente de su duplicado material.

"El radio de acción del cable" es un hecho desconocido, al parecer, por muchos autores, al punto que, en realidad, entiendo que nadie lo ha explicado antes o por lo menos mencionado; mi opinión personal al respecto es que la mayoría de los investigadores que han trabajado en este terreno no saben siquiera que existe esta acción del cable, suponiendo que el fantasma goza de completa libertad no bien abandona el cuerpo físico.

No es probable que el principiante, al efectuar una de sus proyecciones de práctica, se encuentre liberado de la catalepsia o dotado de movimiento, o en estado consciente y en pleno goce de sus sentidos y facultades, durante su permanencia dentro del radio de acción del cable. Es muy raro que esto ocurra. El simple hecho de que los médiums capaces de proyectarse conscientemente no hayan mencionado nunca la acción centrípeta del cable es una prueba categórica de que nunca se han hallado en pleno goce de sus facultades dentro de los límites de actividad del cable astral. A mi juicio, el subconsciente obedece a un plan definido al proyectar al cuerpo astral y si aquél está bien concebido y es deseo del subconsciente que se cumpla paso a paso, la normalidad no regresará al espíritu sino hasta hallarse fuera del radio de actividad del cable.

El cuerpo astral no insume un plazo de tiempo definido para pasar del estado de coincidencia al límite de la acción del cable. La rapidez del tránsito depende del temperamento del individuo. Algunas personas tienen

tal predisposición para las proyecciones, reuniendo una considerable suma de factores positivos, que logran pasar los límites de actividad del cable con suma rapidez, tanta que a veces son incapaces de detenerse en mitad de camino aun cuando así lo quieran. Estos sujetos experimentan frecuentes proyecciones involuntarias (por lo común de noche, durante el sueño).

Otros solo consiguen proyectarse fuera del límite con extrema lentitud, gracias únicamente a una casual intervención de ciertos factores positivos o a la estimulación intencional de estos factores. Otros individuos, por su parte, hallándose al parecer perfectamente conscientes, sanos y aun en plena actividad física (caminando), presentan sin embargo factores favorables para la proyección. Entonces el miembro etérico comienza a sacudirse, a agitarse y desenvolverse, saliendo de su recinto material. El cuerpo físico se retuerce, temblando. Un instante después, el etérico entra en estado cataléptico, listo para salir. Otro tanto acontece con el cuerpo físico. Entonces sobreviene la separación y el organismo se precipita en tierra, convertido en una masa inerte.

Tal lo que suele designarse con el nombre de "epilepsia". Durante estos últimos ocho años he mantenido en estrecho contacto con esta enfermedad que ha desafiado todas las tentativas da la medicina por explicarla, llegando finalmente a la conclusión de que un ataque epiléptico no consiste sino en el proceso que acabo de describir más arriba. Por lo

común, el epiléptico presenta un desorden físico que actúa como agente básico del desprendimiento del cuerpo etérico. Las lesiones cerebrales, como así también las anormalidades de carácter sexual, suelen ser las causas más corrientes. Conozco un caso en que la presión del gas contra el plexo solar era la causa del ataque.

Con la enfermedad siempre se intensifica la mentalidad anormal, y yo creo (no es ésta una opinión exclusivamente mía, sin embargo) que el desequilibrio de la mente —la demencia en cualquiera de sus formas— se debe a que el etérico no se halla firmemente ligado al organismo físico.[1] Si pudiera hallarse alguna panacea —ya sea en la ciencia médica, la psicología o cualquier otra ciencia— que pudiera crear un vínculo más firme entre los dos seres, astral y físico, ¡qué merced divina para la humanidad!

Cuando la interacción entre el etérico y el físico no es normal, como en el caso de la epilepsia, algunos sujetos degeneran en la imbecilidad.

Yo conozco a una mujer que adquirió una inusitada clarividencia más o menos por la misma época en que se le manifestaron los primeros ataques de epilepsia. Asimismo, muchas figuras destacadas de la historia han padecido de epilepsia, tal el caso de César, Napoleón y Sócrates. *Por qué* las anormalidades de la mente acarrean estos resultados específicos en casos también específicos, es cosa acerca de la cual no es mucho lo que sabemos.

[1] En lo referente a la cuestión de la locura, el anónimo autor de *The Maniac* (Los insanos) (ese valiosísimo documento psicológico), declara en una nota al pie de página:

"...El Yo puede abandonar sin ningún peligro al cuerpo físico y el Cuerpo etéreo que es el *eslabón* que une al organismo físico con el Yo debe salir así, de su 'vaina' perfectamente entero y unido. Entonces el cuerpo físico no sufre ningún daño. El problema en la 'locura' es que se hallan separadas las dos 'vainas' (la física y la etérea) que jamás tendrían que separarse durante la vida del organismo físico, y que no pueden separarse *prácticamente,* sin provocar serios trastornos físicos, o *completamente,* sin causar la muerte del cuerpo material... Los médicos, que ya han descubierto en los narcóticos un agente capaz de obrar directamente sobre el 'eslabón etéreo', *extrayéndolo* del cuerpo físico, debieran tratar ahora de descubrir algún medio de actuar sobre el eslabón etéreo en la forma inversa, es decir, conduciéndolo, arrastrándolo o atrayéndolo de regreso al cuerpo físico, del cual se ha separado. Cuando hayan descubierto el medio de lograrlo, habrán des cubierto entonces el medio de curar todos los casos de 'locura' causados por esta falta de acomodación entre ambas entidades..."—H. C.

EXCENTRICIDADES DE LOS SENTIDOS

Los sentidos funcionan tan caprichosamente dentro de los límites de actividad del cable que sería difícil si no

imposible, proporcionar una síntesis enteramente satisfactoria de lo que puede o no puede suceder en el "campo de los sentidos". Lo mejor que puede hacerse, por lo menos lo mejor que yo puedo hacer, es relatar el curioso comportamiento de los sentidos tal como yo lo he experimentado personalmente.

Tomemos, para empezar, el sentido de la vista. Cuando nos hallamos en coincidencia y dotados de conciencia solo vemos aquellos objetos cuyas vibraciones se conforman a las de nuestros ojos o entran dentro de una misma esfera vibratoria, a menos que gocemos de la facultad de la clarividencia. Cuando salimos de coincidencia, permaneciendo conscientes, no siempre el sentido de la vista se recupera de inmediato; pero cuando así sucede la esfera vibratoria ha aumentado considerablemente, con lo cual podemos ver no solo los objetos materiales que veíamos durante la coincidencia sino también los seres astrales. Hemos dado el nombre de "visión astral" a esta facultad.

Durante las separaciones a corta distancia, en estado consciente, existen varias maneras en que pueden presentarse estas "visiones". El cable astral puede adaptarse a la conducción de "corrientes sensorias" tan bien como el cuerpo, de modo que los sentidos pueden pasar alternativamente de un cuerpo al otro o presentarse en ambos cuerpos y en el cable al mismo tiempo, dentro del radio de acción del cable. Puede suceder que el fantasma se separe (dentro de los límites de actividad del cable) y el sujeto goce de

conciencia. Entonces verá al astral desde sus ojos físicos (pese a estar cerrados), lo verá moverse, pararse, acostarse, flotar, etc., por la habitación.

Creo haber mencionado ya que el sujeto dormido puede recobrar la conciencia y verse a sí mismo, en el astral, desde sus ojos físicos, ocupando la posición horizontal sobre el físico, a unos treinta centímetros de distancia. Esta entidad, suspendida en el aire, tiene una consistencia semejante a la gasa y parece temblar continuamente. Puede suceder entonces que el sujeto despierte repentinamente y sufra una repercusión. Y nadie logrará convencerle que todo esto no lo vio en realidad desde sus ojos físicos, pues argumentará de esta manera: "Lo vi desde mi cuerpo físico; vi al astral flotando sobre mí. En consecuencia, me hallaba consciente en el cuerpo físico."

Pese a todo lo indubitable que esto pueda parecer, el cuerpo físico no poseía conciencia en absoluto. El sujeto era consciente en el astral, en tanto que la "corriente visual" se transmitía a través del cable hacia los ojos físicos. No eran éstos los que veían al astral. No eran los ojos físicos los que veían al espíritu paralelo al cuerpo físico puesto que los ojos físicos normales no podían ver espíritu alguno y menos todavía, cerrados como estaban. El asiento de la conciencia se hallaba en el cuerpo astral, pero la corriente visual, en lugar de centralizarse en los ojos del cuerpo astral, por uno de sus desvíos habituales, realizaba su circuito pasando a través del cable *hacia* los ojos físicos.

Tomemos por ejemplo el caso de nuestra vista normal, cuando nos hallamos físicamente conscientes. Vemos con los ojos, decimos, porque la corriente va desde el ojo hasta la mente consciente. Supongamos ahora que nuestros ojos y los "hilos" que los unen con la mente fueran sacados de las órbitas y colocados a treinta centímetros de distancia de las mismas, y que la vista se dirigiese entonces hacia el lugar de origen. Entonces, lejos de ver desde nosotros, nos veríamos a nosotros mismos. Y ésa es precisamente la forma en que la corriente de visión astral funciona en ocasiones, transmitiéndose a través del cable, con el resultado de que el espíritu se ve a sí mismo. Y ésta es solo una excentricidad de la visión astral.

Existe todavía otro fenómeno más complicado y desconcertante que el que acabamos de mencionar. Nos referimos a la visión astral dual, que tiene lugar cuando el proyector ve aparentemente desde sus ojos físicos y, al *mismo tiempo,* desde sus ojos en el cuerpo astral donde está situado realmente. Cuando esto ocurre (cosa muy rara) el sujeto puede observar al astral exactamente como si estuviera en el físico, y seguirlo con la mirada a medida que se mueve por la pieza y *todo este tiempo* puede ver también al ser físico, reposando sobre la cama con los ojos cerrados, mientras se mueve por el espacio en el cuerpo astral.

¿Qué pensaría el lector si de pronto experimentase realmente hecho tan increíble? ¿Qué pensaría si pudiera ver desde dos lugares, distantes uno de otro, al mismo tiempo? Pues bien, lo más natural sería

atribuir esa doble visión a la existencia simultánea de una doble conciencia en dos lugares diferentes. Pero nosotros ya sabemos que la mente consciente no forma parte del cuerpo físico, sino que opera en el astral. Esta visión astral dual no implica necesariamente una conciencia dual; solo se trata aquí de una doble pista del sentido de la visión una de las cuales corre a lo largo de la "línea de fuerza" conduciendo al cuerpo físico, y la otra, al cuerpo astral.

La primera vez que experimenté este fenómeno pensé que se trataba de una conciencia dual; pero no tardé en descubrir que solo se trataba de un efecto de visión doble. Solo puede darse dentro del radio de acción del cable (hasta donde alcanza mi experiencia), al igual que la visión unilateral desde los ojos físicos. Si el sujeto experimenta una visión astral dual y en ese momento el espíritu pasa el límite de actividad del cable —¡clic!— se corta la visión de los ojos físicos.

Ahora bien; existen autores que afirman la posibilidad de producir una conciencia dual, es decir, una doble conciencia simultánea en el cuerpo físico y en el astral. Yo, por mi parte, no podría decir que esto sea imposible; he visto demasiadas cosas desconcertantes para negar la posibilidad de una conciencia dual, sin embargo, no creo haberla experimentado nunca; por lo menos me convencí de ello después de haber comprendido la actividad dual de los sentidos, que en un primer momento había tomado por una doble conciencia.

En su libro *Hígher Psychical Development,* Hereward Carrington afirma:

"Claro está que el cuerpo astral se halla estrechamente vinculado con el 'cuerpo onírico', asemejándose considerablemente ambas entidades entre sí. El Dr. Van Eeden, de Holanda, realizó algunos experimentos en extremo interesantes sobre su propia persona, en el cuerpo onírico. Este investigador se esforzó por transferir su conciencia a dicho cuerpo, de modo que luego pudiese recordar todo lo que le hubiese ocurrido durante el sueño, y trató de controlarlo en forma tal que pudiese, por su intermedio, manipular los objetos físicos del mundo material.

"Si bien no obtuvo un éxito completo, se acercó mucho al mismo, logrando la conformación de dos conciencias con un funcionamiento plenamente independiente. Recordaba claramente que se hallaba dormido en la cama, con los brazos cruzados sobre el pecho y al mismo tiempo, recordaba, también con la mente, haber mirado a través de la ventana a un perro que corría y volvía la vista hacia él detrás de los vidrios, para seguir luego su carrera, y otros detalles por el estilo. Luego recordó haberse desplazado hacia el lecho en que yacía su cuerpo físico y un instante después se despertó para encontrarse nuevamente, por supuesto, en su cuerpo físico. Pero durante toda la experiencia tuvo una nítida sensación de conciencia dual de ambos cuerpos."

Como se verá, el Dr. Van Eeden sostiene aquí que se hallaba consciente en los dos cuerpos al mismo tiempo. Yo he experimentado algunos fenómenos similares al descrito por el Dr. Van Eeden y en un principio, también yo creí que mi conciencia se hallaba en ambos cuerpos simultáneamente; pero tras una investigación más profunda de este misterio, llegué a la conclusión de que solo se trataba, como ya dije antes, de un funcionamiento doble de la vista.

Hice ya la aclaración, e insisto ahora nuevamente en ello, de que he visto demasiadas maravillas para negar la posibilidad de la conciencia dual; de este modo, aunque lejos mío el propósito de contradecir las afirmaciones del Dr. Van Eeden, deseo señalar la sorprendente similitud entre lo que el Dr. Van Eeden considera conciencia dual y lo que yo interpreto como visión dual. No pasará inadvertido, indudablemente, que los hechos comunicados por este investigador holandés podrían explicarse fácilmente como el resultado de una visión dual, con una única conciencia y la línea de fuerza astral haciendo las veces de hilo conductor entre el sentido de la vista y la posición ocupada por los ojos físicos.

Existe a mi juicio algo aparentemente inconveniente en la conciencia dual, suponiendo que fuera posible. Si la conciencia pudiera realmente multiplicarse y si pudiera hallarse en el cuerpo físico durante su ausencia del cuerpo espiritual, entonces todas las teorías que afirman que la conciencia solamente puede operar a través de un medio no material, serían falsas. Ahora

bien; si durante la proyección el cuerpo físico tuviera una conciencia propia, entonces ¿de qué serviría el individuo interior? ¿Pueden ambos cuerpos ser conscientes al mismo tiempo durante la separación? Si el cable se corta, ¿proseguirá el ser físico existiendo conscientemente? No lo creo. Mi opinión es —y tengo buenas razones para creer que estoy en lo cierto— que aquello que se interpreta como conciencia dual no es en realidad más que una pista secundaria de la visión astral, localizada en la "línea de fuerza" astral y que funciona acorde con los ojos del fantasma.

Dejando por el momento este problema de la conciencia dual, volvamos a nuestro análisis de la visión dual, pues es absolutamente cierto que ésta sí existe ocasionalmente, dentro del radio de acción del cable. Podríamos decir incluso que el sentido de la vista puede funcionar —durante una proyección consciente, dentro del radio de acción del cable— en tres formas diferentes: desde los ojos del espíritu (que es lo normal); desde el sitio ocupado por los ojos físicos, y desde ambos simultáneamente.[2]

Por regla general el sentido de la vista actúa desde los ojos del espíritu solamente; pero también se dan los casos mencionados más arriba, casos que si me he detenido a examinar, ha sido simplemente porque a lo largo de esta obra no me he limitado a los procedimientos normales, sino que también he querido considerar detalladamente los fenómenos menos frecuentes. Sin embargo, me permito aconsejar al lector que no se detenga mucho tiempo en la

consideración de estos hechos que yo he dado como poco frecuentes, a menos que el hacerlo así favorezca el desarrollo de las proyecciones astrales; no olvidemos que en el astral como uno piensa, así es.

2: Existen circunstancias en que el espíritu proyectado puede ver desde diferentes partes del cuerpo sin utilizar los ojos. Más adelante volveremos sobre este punto. — S. M.

SENTIDO DUPLICADO DEL TACTO

En el estudio del Dr. Van Eeden existe un punto interesante digno de ser considerado detenidamente. Mientras se hallaba parado junto a la ventana (en el cuerpo onírico o astral) mirando hacia afuera, este autor vio acercarse un perro, vio cómo lo miraba a través de los vidrios y cómo reiniciaba su carrera una vez más. Evidentemente, este perro podía ver astralmente, puesto que al parecer había sido capaz de ver el cuerpo astral del Dr. Van Eeden, y en efecto, no existe ninguna razón para creer que los animales no hayan de poder ver tan bien o mejor que los seres humanos.

El perro, especialmente, parece hallarse dotado de sentidos particularmente sutiles. Yo tenía un perro en mi casa, en realidad lo tengo todavía, aunque tiene trece años. Su nombre es "Jack" y, pese a ser bastardo, ha sido siempre un gran amigo para mí. Yo deseaba comprobar si Jack podía verme mientras me hallaba exteriorizado en el cuerpo astral; a ese fin, le permití dormir en mi misma habitación. Yo sabía que

podría confiar plenamente en Jack, como así también que éste no haría ningún ruido ni interferiría en modo alguno con mi experiencia.

Todo anduvo bien menos un pequeño detalle: Jack dormía demasiado plácidamente en su nuevo dormitorio y todas las veces que lograba proyectarme, Jack estaba tan dormido que no percibía mi presencia. Pero una noche en que me hallé proyectado conscientemente, creo que en forma accidental, Jack *no* estaba dormido. Estaba parado en el piso, mirando cariñosamente el cuerpo que yacía sobre la cama, como si esperase una indicación para saltar y dormir a su lado.

Desde el otro extremo de la pieza traté de llamar la atención de Jack. Me desplacé hacia un punto en que sus ojos tendrían que verme forzosamente, haciéndole señas para que viniese. No obstante, sus ojos siguieron observando al cuerpo físico, si bien en cierto momento alzó la cabeza y husmeó el aire en dirección del fantasma. Pero esto solo duró un instante, pareciendo entusiasmarle más la contemplación del cuerpo físico que la de mi verdadero ser. No creo que haya sospechado por un solo momento que yo no estaba en el cuerpo.

Por fin, sucedió algo realmente interesante. Jack saltó a la cama y se apretujó contra un costado del cuerpo inerte, acurrucándose allí. *Y* al hacerlo sucedió algo extraño. El cuerpo físico fue ligeramente sacudido en sentido vertical por la acción de los resortes que acababan de recibir el peso del perro, y el astral,

exactamente en el mismo instante, también se meció en sentido vertical, en medio del espacio, guardando una perfecta armonía con el movimiento del físico pese a que el astral se hallaba en posición vertical y el físico horizontal.

Pero lo más extraordinario es que cuando el perro se acurrucó contra el cuerpo físico, yo sentí su calor contra el astral como si se hubiese apretujado realmente contra éste. ¿Cómo pudo ocurrir esta transferencia de sensaciones o, más exactamente, del sentido del tacto? En la misma forma en que se percibe cualquier cosa material; en la misma forma en que se percibe en la vida física mediante los sentidos y a través de las corrientes sensorias. Durante la proyección, éstas recorren el cuerpo físico, el astral y el cable. En otras palabras, si el sujeto percibe cualquier cosa material, mientras se encuentra en el cuerpo astral, deberá hallarse dentro del radio de acción del cable y el objeto percibido tendrá que presentar un contacto material con el cuerpo físico; este contacto es luego transmitido a lo largo de la "línea de fuerza" hacia el cuerpo astral, donde se siente finalmente.

Pero esto solo es una peculiaridad del sentido del tacto y así como el sentido de la vista actúa en forma errática, éste solo se presenta (hasta donde mi experiencia alcanza) dentro del radio de acción del cable. Ya hemos visto también, que aun el movimiento del cuerpo físico puede duplicarse en el astral, como

en el caso del balanceo del cuerpo físico al saltar el perro sobre la cama.

Sé de antiguo que cuando el sujeto se halla dentro del radio de acción del cable, puede sentirse a veces en el cuerpo astral un contacto realizado con el físico, localizándose la sensación— exactamente en el mismo lugar en ambos cuerpos; pero lo que yo nunca he observado es que también la recíproca sea posible y que un contacto con el astral pueda ser experimentado en el físico; sin embargo, algunos eminentes autores parecen darlo por sentado. Así, por ejemplo:

"En algunos experimentos he logrado disociar parcialmente los dos organismos por medio de la sugestión hipnótica; mientras el sujeto se hallaba en trance profundo, se probó la existencia independiente del cuerpo astral o etéreo por diversos fenómenos de sensibilidad y movimiento.

"Por ejemplo, después de haber aflojado en cierta medida al cuerpo interior, lo pinchábamos con una aguja, y pese a que el pinchazo tenía lugar a varios centímetros de la superficie del cuerpo material, el sujeto lo experimentaba exactamente como si se le hubiera aplicado en el cuerpo real.

"El pinchazo tenía lugar sobre la superficie del cuerpo etérico, esto es, a una distancia de unos quince o veinte centímetros del organismo material, pero, por un fenómeno conocido entre los estudiosos psíquicos con el nombre de 'repercusión' (de la sensibilidad), se

transmitía su efecto hasta el cuerpo material, de modo tal que el sujeto sentía los pinchazos en el cuerpo físico."

Existen otros experimentos que confirman las comprobaciones anteriores; veamos lo que al respecto dice Hereward Carrington en su libro *Higher Psychical Development* "los investigadores franceses... han realizado una serie de útiles experiencias en el campo de lo que ellos denominan exteriorización de la sensibilidad y de la fuerza motriz, es decir, de las facultades sensoria y motriz. Si coloco una mano sobre una caja de fósforos a fin de moverla, tengo que tocarla. Sin embargo, si yo fuera un médium y colocara la mano a una distancia de un centímetro de la caja y entonces *quisiera* que la caja se moviese, ésta se movería *realmente;* la teoría explica este fenómeno diciendo que el médium puede proyectar de sus dedos una energía que actúa a manera de puente, llenando el vacío existente entre la caja y la mano. Esto se llama proyección de la fuerza motriz.

"Por otra parte, si me pincho el dedo, solo sentiré el dolor si la aguja toca el dedo; pero cuando la sensibilidad se halla proyectada más allá del cuerpo —como suele suceder, aparentemente, en algunos casos de hipnosis profunda y trance— entonces podrá pincharse un punto situado a un centímetro de distancia del dedo y el sujeto experimentará dolor; y hasta tal extremo se han llevado estos experimentos, que el Coronel de Rochas y otros autores pretenden haber extraído por completo al cuerpo astral de su

envoltorio físico, colocándolo a su lado, por así decirlo; y afirma que al pinchar este cuerpo, cada pinchazo en el astral "repercutía" en el físico; es decir, que cualquiera fuera el lugar del astral en que se producía el pinchazo, éste era siempre experimentado en el físico.

"Por cierto que esto guarda una sorprendente semejanza con los viejos fenómenos de 'brujería', en los cuales se suponía que la bruja se transformaba en un perro o un gato, y si se daba muerte al perro o al gato, o se le sacaba un ojo, al día siguiente la bruja aparecía muerta o con un ojo menos; ¡repercusión! Es curioso el notable parecido que existe entre ambos casos." [3]

Como el lector recordará, ya hemos mencionado este punto, al referirnos a la "materialización".

Pese a que yo sabía desde largo tiempo atrás que a veces, cuando el astral proyectado se halla dentro del radio de acción del cable, puede experimentarse un contacto con el cuerpo físico en el punto correspondiente del astral, el caso inverso era una novedad para mí. Sin poner en tela de juicio la autenticidad de estos experimentos, debo confesar que me resulta imposible comprender cómo puede pinchar una aguja al cuerpo astral y repercutir el pinchazo en el físico, siendo que el ente astral es intangible e impenetrable a las cosas materiales. Debemos tener presente que los investigadores que descubrieron esta "repercusión" de la sensibilidad son hombres de ciencia dignos de crédito. El hecho de que

a mí me resulte imposible comprender cómo puede establecer la aguja contacto real con el ser astral que es un ente incorpóreo, no quita valor en lo más mínimo a sus hallazgos.

Al tratar de resolver este problema se me ocurrieron varias explicaciones puramente teóricas. Un hecho importante en el caso de estas experiencias que no debe ser pasado por alto, es que el sujeto se hallaba en estado hipnótico; cabe preguntarse, pues, si la repercusión de la sensibilidad no tendría lugar debido a algún nuevo factor introducido por aquel estado. Cabe preguntarse, asimismo, si no podría ocurrir el mismo fenómeno en los casos de proyecciones realizadas sin la influencia de este factor hipnótico.

3: En el libro *Posthumous Humanity,* de Adolphe D'Assier, podrá hallarse un interesante acopio de datos relativos al fenómenos de la "repercusión". Este autor realiza la tentativa de relacionar estos casos con Ciertos fenómenos de "brujería". Véase también mi análisis del mismo tema en *The Problems of Psychical Research* especialmente en el capítulo sobre la "Brujería: sus hechos y fantasías". — H. C.

EL ASTRAL PUEDE ATRAVESAR OBSTACULOS PUNZANTES SIN SENTIR NADA

Hace unos dos años que leí por primera vez el informe sobre la repercusión de la sensibilidad causada por pinchazos de agujas en el cuerpo astral; a fin de experimentar personalmente la realidad del fenómeno, construí un dispositivo bastante semejante a las

camas usadas por los faquires; escogí una tabla de madera del mismo largo que la cama y coloqué en ella varias agujas con la punta hacia afuera; luego sujeté este aparato a los soportes de la cama, a una distancia de unos cuarenta y cinco centímetros del lugar en que yo dormía, apuntando las agujas hacia abajo.

Durante las semanas en que llevé a cabo este experimento logré producir una proyección consciente y una segunda involuntaria. Aunque las separaciones no fueron considerables, pasé a través de la tabla sin experimentar el menor contacto. Es por esta razón que me inclino a creer que la repercusión de la sensibilidad, tal como la observaron los investigadores franceses, obedece de algún modo a la hipnosis. Admito, con todo, que también aquí puedo estar errado. Pasemos a ver ahora la posibilidad de que se tratara de una ilusión hipnótica de los sentidos. Cito aquí al profesor L A. Harraden:

ILUSIONES DE LOS SENTIDOS DURANTE EL TRANCE HIPNÓTICO

"Cuando este estado llega a su culminación (trance hipnótico) la mente del sujeto permanece dormida hasta el momento de ser impulsada a la actividad mediante alguna sugestión u orden del operador, a las cuales el sujeto responde automáticamente, tal como una locomotora obedece las maniobras de su conductor. En estas circunstancias, el sujeto es, en

realidad, un simple autómata pensante. Así, se deja poseer completamente por cualquier idea que se le imprima en el pensamiento y carece de capacidad para juzgar su congruencia con los hechos reales debido a que es incapaz de compararlas con ellos.

"De este modo, el operador puede manejarlo como quien ejecuta un instrumento musical, y así, pensará, sentirá y actuará en la forma en que aquél desee que piense, sienta, hable o actúe; pero esto no sucede —tal como lo hemos representado esquemáticamente— porque la voluntad del sujeto se halle sometida en forma directa a la del operador, sino porque su voluntad se halla suspensa, en estado inerte, y todas sus operaciones mentales son dirigidas por las sugestiones que el operador imprime en su conciencia."

"La mente del sujeto, habiendo perdido su capacidad de autodirección, no puede sacudir el yugo de ninguna idea dominante, por tiránica que ella sea, sino que debe ejecutarla en todos sus puntos. Ningún pensamiento que se le ocurra puede ser sometido a la prueba del sentido común, sino que debe ser aceptado de inmediato y sin condiciones; tampoco puede recordar hecho alguno, por muy familiar que sea, como no sea dentro de su alcance inmediato."

En otra parte el profesor Harraden declara: "Los órganos de los sentidos y de la percepción son a modo de canales que transmiten cualquier sugestión hecha al sujeto. Por muchos y diversos medios, una mirada o un movimiento, el hipontizador puede transmitir una

sugestión determinada al paciente, tan imperiosa como una orden expresada con palabras." Cuando el sujeto se halla en trance hipnótico profundo, puede atravesársele la carne con una aguja y hacérsele al mismo tiempo la sugestión de que no siente nada y aquél nada sentirá.

Pues bien; si se lo pinchara insertando la aguja en el espacio ocupado por el cuerpo astral (durante la exteriorización del mismo, bajo los efectos de la hipnosis), ¿por qué no habría de poder hacerse que el sujeto experimentara el pinchazo en su organismo físico? En efecto, ya sabemos que existen corrientes sensorias en el cuerpo astral, en el cable y en el físico, simultáneamente. De este modo, aunque solo se trataría entonces de un dolor imaginado, para el sujeto sería tan real como si no lo fuese y debido a una duplicación de sensaciones, podría sentirlo en el cuerpo físico.

El interrogante que se presenta es el siguiente: ¿se halla el sujeto normalmente consciente bajo el control del operador, o es objeto, en cambio, de ilusiones, engaños y alucinaciones de los sentidos? Creo que este último es el caso. Si el puntazo de la aguja actuase realmente sobre la sensibilidad del cuerpo astral y el sujeto se hallara normalmente consciente, éste tendría que sentirlo allí. Pero dudo que esta repercusión de la sensibilidad tuviese lugar si el operador sugiriese que no debe ser sentida en el momento de pinchar el espacio ocupado por el cuerpo astral.

Por mi parte, no puedo comprender cómo puede ser un sujeto él mismo, durante la exteriorización; cómo puede comprender el verdadero significado de todo lo que sucede a su alrededor y hallarse todavía bajo control hipnótico. La mayoría de los experimentos franceses fueron realizados mediante el agente hipnótico, pero yo no podría afirmar si puede obtenerse, de esta manera, un estado normal del cuerpo astral.

Todo lo que puedo decir, con respecto a la repercusión de la sensibilidad no es, sin embargo, sino pura especulación. En realidad, nada sé de la proyección astral provocada por medio de la hipnosis; *nunca* experimenté repercusión de la sensibilidad del cuerpo astral sobre el físico, como consecuencia del contacto de un objeto material con el astral, si bien la repercusión del astral en *sí mismo* es muy frecuente.

Por otra parte, si el astral se hallara materializado al extremo de la "línea de fuerza", la aguja podría pinchar este cuerpo transitoriamente material, y, debido a una duplicación de la sensibilidad, podría suceder que el puntazo fuese experimentado en el cuerpo material permanente. Esto sería lógico, consecuente con los hechos comprobados con anterioridad; en tanto que pinchar con una aguja material una forma no material y que el pinchazo se sienta, pese a que la aguja no realiza contacto real alguno con el astral, parece (por lo menos a mi juicio) sumamente incongruente. Supongamos que esta teoría fuera exacta, es decir que el pinchazo de una aguja sobre el cuerpo astral

exteriorizado pudiera realizar un contacto real con la sensibilidad. ¿No tendría que estar entonces el cuerpo astral constantemente alerta, esquivando los objetos materiales "puntiagudos"? porque de no hacerlo, estos objetos podrían actuar sobre su sensibilidad. Hay algo que falla en esta teoría; yo creo que solo se trata de una ilusión de los sentidos.

No obstante, sería el colmo de la locura afirmar que la repercusión de la sensibilidad (tal como la sostienen los autorizados investigadores franceses) es imposible, especialmente cuando son tan notables quienes la dan por cierta. Existe sin embargo una cosa de la cual estoy seguro y es ésta que si la repercusión de la sensibilidad tiene lugar realmente, solo puede hacerlo dentro del radio de acción del cable astral.

Pero volvamos a analizar lo que entendemos por "radio de acción del cable". Se trata de un radio de gran proximidad, en que la "línea de fuerza" astral se halla dotada de gran actividad y de un tamaño superior al mínimo; dentro de esta esfera se hallan presentes fuerzas de atracción y de resistencia; los sentidos se comportan en forma desusada, duplicándose a sí mismos; es posible la presencia de una fuerza motriz duplicada; casi siempre se producen estados catalépticos; la inestabilidad del cuerpo es lo normal; la respiración y el pulso cardíaco pueden intensificar la actividad del cable, y finalmente, también dentro de esta esfera, pueden tener lugar las repercusiones del cuerpo astral. En suma, consiste en un estado de separación carente de perfecta libertad, en el que

pueden darse diversas anomalías; es el estado en que, si bien el astral se halla separado del físico, todavía existen vínculos que lo ligan a éste, por medio de la "línea de fuerza", y estos vínculos son más o menos firmes, según la naturaleza del proyector.

SENSIBILIDAD DUPLICADA Y OBSESION

Volvamos nuevamente la vista por un instante a la transmisión de la sensibilidad del cuerpo físico al astral por medio del cable. Se sabe de antiguo que muchas víctimas de una muerte violenta, especialmente en los casos de una muerte dolorosa, se han hecho presentes a los médiums poco tiempo después, quejándose de experimentar todavía los dolores padecidos en el cuerpo físico en el momento de la muerte.

La mayoría de los médiums, creyendo que el cuerpo astral es inmune a todo dolor, les han dicho a esos espíritus, atormentados, durante su comunicación con los mismos, que estaban muertos, dentro de un cuerpo en que no existe el dolor y que el Yo, en el astral, solo sufría un dolor puramente imaginario. Estos seres afligidos no se limitan a imaginarse sus padecimientos en un principio, si bien es cierto que su estado mental los mantiene obsesionados con aquella idea, aun mucho después de haberse "cortado" el cable.

Lo que realmente sucede en este caso es lo siguiente en el momento de la muerte, el astral se halla

exteriorizado y dentro del radio de acción del cable, en tanto que la sensibilidad es transmitida desde el cuerpo físico hasta el astral; lo cual no hace sino concordar con mi experiencia en que, hallándome exteriorizado dentro de los límites de actividad del cable, pude sentir el calor del perro a mi lado.

El dolor sufrido, junto con la confusión natural por que atraviesa la víctima en tales momentos, la enloquece literalmente, haciéndola presa de una obsesión que perdura aun después de haberse separado el cable. No es puramente cuestión de imaginación la que coloca al espíritu en este trance; es, por el contrario, una verdadera transferencia de sensación realizada a lo largo de la "línea de fuerza", transmisión ésta de un dolor real, *un dolor real,* téngase bien presente. Y, en medio de esta locura, suele suceder que la víctima viva constantemente —aun durante meses enteros— la muerte experimentada; en otras palabras, continúa padeciendo su muerte y los dolores que la rodearon. Citaré a continuación un suceso que ilustra este caso. La señora M. E. Hess, amiga personal de quien escribe estas líneas, que practica la cura por autosugestión y vive en La Salle, Illinois, narra el caso siguiente al que designa remos:

EL CASO "89"

Una paciente, una dama de alrededor de treinta y cinco años, visitó a la señora Hess en su consultorio. La paciente creía ser una locomotora y hacía, en

consecuencia, todos los sonidos característicos de aquella máquina. Así, andaba por su casa haciendo: chuck-chuck-chuck... luego imitaba la salida del vapor: shhhhhhhhhh... más tarde el pitido: piip-piip... y finalmente recorría, de este modo, vastas extensiones pobladas de estaciones imaginarias, a lo largo de una vía también imaginaria. Después de algunas indagaciones, la señora Hess descubrió que un espíritu, en el astral, seguía constantemente a la paciente y que dicho espíritu era un maquinista. A continuación, la facultativa se puso en comunicación con el causante de la obsesión, enterándose así de que éste había muerto en forma violenta, mientras manejaba su máquina, la número 89. Tal era en efecto, el nombre con que aquél se designaba (89) y era tal la confusión que padecía, que todavía creía hallarse entre las ruedas de la máquina. No podía comprender que había muerto y que se hallaba en el cuerpo astral.

Recurriendo a la madre del maquinista, que había abandonado el mundo con anterioridad, pudo lograrse finalmente hacer entrar en razón al espíritu obsesionante, con lo cual éste dejó de experimentar los atroces dolores. Pero en un comienzo no se había tratado solamente de una cuestión de pura imaginación. El "89" había quedado trastornado por el hecho de hallarse consciente en el cuerpo astral, dentro del radio de acción del cable, (y por lo tanto existiendo todavía las sensaciones dobles) cuando la máquina lo arrolló, de modo que pudo experimentar en el astral todos los dolores consiguientes.

¿Se maravilla acaso el lector de que estos seres astrales pierdan la razón, tomándose víctimas de estas angustiosas obsesiones? Pues bien; una experiencia como la del caso narrado podría enajenar a cualquiera. Sin embargo, por fortuna, los factores operantes en el momento de la muerte no siempre son tan desfavorables como en este caso. No siempre se manifiesta la conciencia en el mismo tiempo y lugar; no siempre circula la sensibilidad en los tres organismos al mismo tiempo (el cuerpo físico, el astral y el cable); no siempre son las muertes violentas y angustiosas. Pero con todo, este caso nos muestra que existen razones, al fin y al cabo, para que algunos espíritus retornen continuamente y se quejen de dolores imaginarios que son para ellos, por cierto, bastante más que simple imaginación.

No se piense ni por un instante que este dolor del cuerpo astral no es genuino. El sufrimiento es *real;* la sensibilidad que entra en juego es la misma con que los dos cuerpos se hallaban dotados cuando estaban en coincidencia, y, si bien es cierto que el ser astral es insensible a los objetos físicos, no es menos cierto que el dolor proveniente del cuerpo físico y experimentado a través del cable, es un dolor real y capaz de perdurar aún después de cortado el cable. Reconozco que es difícil concebir la existencia de sensibilidad con independencia de los nervios del cuerpo, pero por el mero hecho de parecer increíble no podemos rechazar esta explicación.

Quizás esto guarde alguna relación con el hecho perfectamente conocido de que algunas personas a quienes se les han amputado los brazos o las piernas, pretenden experimentar sensaciones en el miembro ausente, aún después de haber cicatrizado el muñón. ¿No se deberá esta permanencia de las sensaciones a la existencia de sensibilidad en el astral, en el lugar correspondiente al ocupado anteriormente por el miembro amputado? En su libro, *Psychical Phenomena and the War (La guerra y los fenómenos psíquicos),* Hereward Carrington cita un caso similar al del maquinista de la "89"; a éste lo designaremos como:

EL CASO DE LA BAYONETA INCRUSTADA

El día de año nuevo de 1916, tres amigos asistían a una sesión de espiritismo, cuando se les presentó un soldado que se quejaba de que la bayoneta (que le había dado muerte) estaba incrustada todavía en su pecho (astral) provocándole la consiguiente angustia; les pidió, así, que se la sacaran. Tras una larga conversación entre el ente astral y los tres amigos, aquél les refirió que era canadiense, casado con la cocinera (de nombre Alicia) de una tal señora Weston que vivía en Herne Bay (cerca de Londres), y otros muchos detalles

Pero lo que más le preocupaba era aquella bayoneta que un soldado alemán le había clavado el día de Navidad y que todavía permanecía en su cuerpo

torturándolo constantemente. Entonces uno de los asistentes le explicó que era víctima de una ilusión; que él había muerto, y ahora se hallaba, por lo tanto, en un nuevo cuerpo, y que si la bayoneta podía estar clavada todavía en el cuerpo antiguo, no era posible, en cambio, que también estuviese clavada en su ser actual.

A lo cual replicó el espíritu, haciendo caso omiso de cuanto se le decía, que por favor le sacaran la bayoneta. Al parecer, el ser astral era completamente consciente del dolor y de ningún modo se hallaba dispuesto a admitir que era víctima de una ilusión. Así, solo se sintió liberado y tranquilo cuando uno de los amigos fingió extraérsela del pecho. ¿De dónde procedía la sensación de dolor del soldado? Simplemente, de la transmisión a través del cable astral, de un cuerpo al otro, mientras el individuo se hallaba consciente. El hecho de que por último el dolor fuera eliminado por la mente no prueba que aquel no hubiera existido en realidad.

Pero quizás el lector se sienta inclinado a exclamar: "¿Cómo puede explicarse la aparente presencia de la bayoneta? Evidentemente no había ninguna bayoneta clavada en el cuerpo astral del espíritu." Pero *sí* había! No una bayoneta física, sino la forma astral de una bayoneta creada por la mente del espectro. Más adelante analizaremos la forma en que la mente se crea su propio medio circundante.

DUPLICACION Y DESPLAZAMIENTO DE LA MOTILIDAD

Dentro del cable astral opera una "fuerza" de tremendo poder. A menudo me hubiera gustado disponer de un método que me permitiese medir esta fuerza en términos físicos, es decir, determinar el peso exacto de materia que podría ser movido por esta fuerza en caso de que el cable estuviera conectado con ella.

Estoy firmemente convencido de que, durante la proyección del astral y mientras éste se halla dentro de los límites de actividad del cable, y en caso en que fuera posible realizar una "prensión" tangible sobre un objeto físico determinado, la fuerza del cable sería capaz de mover dicho objeto, aun cuando pesara ¡una tonelada! De todas mis experiencias he extraído suficientes razones para creer en la posibilidad de que un cable "libre" se extienda hacia el exterior del cuerpo, es decir, un cable o varilla astral sin el cuerpo astral correspondiente en su extremo; este cable libre sería capaz, al parecer, de ejercer su acción de impulso y atracción características y transmitir "la fuerza motriz" que, en ciertas circunstancias, puede mover los objetos. (Como se sabe, uno de los métodos que facilitan la clarividencia es el basado en la "línea de fuerza" astral).

De ser esto cierto, sería posible que la "fuerza motriz" del cuerpo del sujeto se desplazase hacia el exterior del mismo, a lo largo de la "línea de fuerza", de modo que el sujeto, con su fuerza motriz corporal así exteriorizada, se hallaría privado de fuerza, pese a

estar todavía su cuerpo astral en coincidencia y pese a mantenerse consciente. Se ha observado con frecuencia que los médiums suelen hallarse reducidos a esta condición de impotencia cuando se producen los "toques" de las masas.

PRODUCCION VOLUNTARIA DE UN "RAP" DURANTE LA EXTERIORIZACIÓN DE LA MOTILIDAD

En realidad, yo mismo he logrado producir "raps" hallándome en este estado. Recuerdo con perfecta claridad haberme despertado una mañana, hallándome disminuido en mi fuerza motriz. Entonces razoné de este modo: si mi fuerza motriz se ha extendido fuera de mi cuerpo, y yo ahora estoy consciente, ¿por qué no *desear* que se produzca un toque? Entonces *deseé,* con toda mi fuerza de voluntad, que se produjera un golpe en la cómoda. Y en efecto, el toque se produjo. De ordinario, sin embargo, cuando uno se encuentra en este estado de exteriorización de la fuerza motriz, la excitación es demasiado grande para pensar en emplearla de esta manera, y, en lugar de ordenar a la fuerza motriz que actúe fuera de uno, lo que se desea más ardientemente en su retorno inmediato.

En cuanto a la posibilidad de mover objetos cuando el cuerpo astral mismo se halla proyectado al extremo de una línea de fuerza, diremos que en ciertas circunstancias esto puede lograrse; más tarde

analizaremos más detalladamente este fenómeno. Por el momento, nos limitaremos a señalar este punto: la fuerza motriz puede "desplazarse" a través del cuerpo astral, exactamente del mismo modo en que puede hacerlo la sensibilidad. Los desplazamientos pueden ser rápidos o lentos.

Durante la proyección astral (dentro del radio de acción del cable), puede haber, en cierta medida, una fuerza motriz dual. De esto, por lo menos, estoy seguro. Cuando esto ocurre, cada movimiento del extremo proyectado de la línea de fuerza incide sobre la anatomía física del sujeto, generalmente en forma leve, dependiendo su intensidad de la cantidad de fuerza motriz que permanezca todavía en ese sitio, y que suele ser muy escasa.

En estas condiciones, con la fuerza, motriz duplicada, cualquier movimiento del brazo astral producirá un temblor correlativo en el brazo físico, en forma más o menos semejante a aquella en que se sacuden las patas de un perro mientras sueña.

La duplicación de la fuerza motriz es mucho menos común que la de la sensibilidad; ciertas personas parecen más predispuestas a ella que otras. Es más fácil que se presente en los estados inconscientes y oníricos que en los conscientes. Todos estos hechos son demasiado profundos para poder examinarlos exhaustivamente, pero sé positivamente que son ciertos; sé, por ejemplo, que uno puede mover un objeto durante el sueño, pero que ese objeto no se mueve hasta unos dos segundos después en la

realidad. Yo mismo he tenido una experiencia de este tipo.

Todo lo cual me recuerda lo que Sir Oliver Lodge expresa al analizar los fenómenos experimentados por Eusapia Paladino. Estas son sus palabras textuales:

"El hecho... de que el cuerpo del médium sufre movimientos correlativos o de simpatía es sumamente instructivo e interesante. Ocurre a veces que cuando el médium va a empujar un objeto distante, efectúa un pequeño impulso brusco con la mano en esa dirección, e inmediatamente después el objeto se mueve. En cierta oportunidad se realizó esta experiencia repetidamente con el mismo objeto, un escritorio situado en un rincón de la habitación, a fin de tener una certeza cabal al respecto.

"...Cuando el objeto en cuestión se hallaba a un metro ochenta o dos de distancia, el intervalo transcurrido (entre el impulso y el movimiento real del objeto) era de unos dos segundos. Cuando se ejecuta una melodía en el acordeón, los dedos del médium se mueven en forma enteramente adecuada, recordando este proceso al del perro que mueve las patas mientras sueña que corre en pos de una liebre. Es como si Eusapia soñara que ejecuta en el instrumento y lo soñara en forma tan vívida que el instrumento es realmente ejecutado.

"Es como si el perro soñara la persecución con tanta fuerza que una liebre distante resultara realmente capturada y muerta, presa de un perro fantasma; y,

pese a todo lo fantásticas y a todo lo desprovistas de valor que puedan parecer por ahora estas especulaciones, yo me siento inclinado, y lo confieso, a buscar la solución de estos problemas en este terreno. En el campo de las concepciones idealistas de la naturaleza son muchos los filósofos que han considerado que el pensamiento es la única realidad existente, siendo el sustrato material solo una consecuencia de aquél.

"Lo mismo, aunque en menor grado, sucede aquí; es, por así decirlo, como si el sueño de la persona en trance fuera lo bastante vívido para afectar físicamente a los objetos circundantes y producir en la realidad resultados objetivos, y para determinar no solamente movimientos reales y permanentes de los objetos ordinarios, sino también adiciones transitorias de partículas materiales en ciertos objetos extraordinarios, siendo el carácter de estas adiciones suficientemente objetivo como para que sean percibidas, oídas y vistas y probablemente hasta fotografiadas, mientras ellas perduran."

Cuando digo que uno puede soñar que mueve un objeto físico y que éste no se mueve en realidad sino hasta unos dos segundos después de haber soñado que se lo movía, quiero decir eso precisamente, pese a todo lo opuesta que tal afirmación pueda parecer a las leyes que dicta el sentido común. (Quizás en el futuro pueda sondearse este extraordinario fenómeno). El cuerpo físico se mueve durante un sueño —esto sucede a menudo— porque el cuerpo onírico se ha

movido y la duplicación de la fuerza motriz determina aquella reacción en el primero.

El fantasma puede yacer, por supuesto, sobre el cuerpo físico durante el sueño y es posible que ocurran acciones duplicadas *involuntarias,* es decir, movimientos nerviosos u otras acciones similares, por parte del cuerpo físico.

Es más fácil mover un objeto físico con una línea de fuerza libre que con el cuerpo astral proyectado sobre la línea de fuerza, pues en el primer caso la fuerza motriz se halla *concentrada* sobre el punto en cuestión en tanto que en el segundo, la fuerza motriz es empleada en la manipulación del cuerpo astral y en caso de que ésta retorne al cuerpo, se difunde en toda su extensión.

Ya he mencionado varias veces la tremenda atracción magnética ejercida por la línea de fuerza durante la interiorización. Es interesante hacer constar que esta fuerza "absorbente" es idéntica a la fuerza que arrastra al espíritu materializado de regreso a su lugar de origen (gabinete), y son muchos los experimentadores eminentes que han comprobado que cualquier cosa que le ocurra a la forma materializada incide sobre el cuerpo del médium encerrado en el gabinete; en otras palabras, existe una línea de fuerza entre el cuerpo físico del médium y la forma materializada.

Podría sentarse la teoría de que (por lo menos en muchas ocasiones) es el cuerpo astral del médium el que se materializa, constituyendo así un duplicado

material del cuerpo del médium, pero fuera del gabinete. En caso de que así sea (como es, efectivamente) ¿qué dirá el escéptico? Dirá que todo es mi fraude, insistiendo en que él mismo ha tocado el cuerpo de carne y hueso del médium. Y para probar su argumentación pinchará con una aguja la muñeca de la forma materializada, lo cual, por supuesto, habrá de incidir sobre el cuerpo del médium dentro del gabinete, y la huella del pinchazo probará al escéptico —que nada sabe de repercusión e incidencia— que el médium había sido protagonista de una farsa. No afirmo en modo alguno que todos los médiums sean auténticos, pero sí que es muy posible que un médium auténtico quede desacreditado por exclusiva ignorancia de quienes lo juzgan.

En caso de que el cable psíquico que une al cuerpo astral con el físico durante la proyección, se corte, el resultado instantáneo será la muerte. Esto es, al parecer, lo que ha sucedido en ciertas sesiones en que el "cuerpo" fue arrebatado, lo cual demostró terminantemente, en tales casos, que se trataba realmente del cuerpo astral del médium. El astral no pudo, por así decirlo, volver nuevamente a su morada física. Existen algunos casos —de los cuales se guardan noticias, según creo— de médiums que han muerto dentro del gabinete.

Desde largo tiempo atrás conozco a un viejo ocultista, Carl Pfuhl, quien me relató que en cierta ocasión una niña que dormía en una hamaca, fuera de la sala en que se estaba realizando una sesión de

materialización, se materializó en la misma, afirmando ser la hija de uno de los presentes que tenía una hija muerta de más o menos la misma edad. Sin embargo, la forma era la de la niña que dormía en una hamaca, en el exterior de la casa, y no se había "transformado" en modo alguno, a fin de representar la niña que pretendía ser. Al despertarse, la niña que dormía en la hamaca ¡no sabía nada de cuanto había ocurrido!

Sabemos que el pensamiento puede actuar sobre la forma del cuerpo astral, y es posible que algún espíritu, deseando manifestarse, imprimiera al cuerpo astral inconsciente del médium una forma similar a la propia, hablando luego a través de la misma. Es éste un tema, sin embargo, del que no podemos ocuparnos aquí. Ya hemos dedicado demasiado tiempo al análisis de la duplicación de la fuerza motriz si bien no ha sido, según creo, en balde

CAPITULO VI

LA FINALIDAD DEL SUEÑO

Los términos "separación y discoincidencia" han sido usados más o menos como equivalentes, aunque en la práctica existen ciertas diferencias de significación en lo que se refiere a los fenómenos astrales. La entidad astral puede no coincidir con la física y no hallarse, sin embargo, separada de ella, pese a existir un claro espacio entre ambas. Es decir que el astral puede hallarse dos centímetros fuera de coincidencia, ocupando los dos cuerpos todavía en sus partes correspondientes, el mismo espacio. No obstante, estas partes no coinciden una con otra.

Es probable que el lector responda: "Si eso fuera cierto lo habríamos sabido mucho antes". Sin embargo, nuevamente repito que toda vez que un individuo se duerme, su cuerpo astral sale ligeramente de coincidencia, quizás solo una fracción de centímetro, quizás un poco más. En todo caso, nunca la coincidencia es perfecta durante el sueño, aunque esta no coincidencia pueda ser infinitésima, y no guarda una considerable relación con la capacidad para proyectarse, pese a que la proyección no es sino un aspecto extensivo de la no coincidencia. Un individuo puede ser normal, "inmune" por completo a la proyección astral, y sin embargo su cuerpo astral

saldrá noche a noche fuera de coincidencia durante el sueño.

Hereward Carrington estaba en lo cierto al afirmar: "Desde la más remota antigüedad se han venido exponiendo diversas teorías para explicar el sueño, pero ninguna tuvo nunca una aceptación completa. Tenemos, así, las llamadas "teorías químicas", que se esfuerzan por explicar el fenómeno del sueño sobre la base de que durante la vigilia se forman en el cuerpo ciertas sustancias tóxicas que son eliminadas durante el sueño. Otros lo han querido explicar atribuyéndolo a las condiciones peculiares de la circulación sanguínea en el cerebro; otros, a la acción de ciertas glándulas; otros, a la relajación muscular; y otros, por fin, a la falta de estímulos exteriores.

"Todas esas teorías han resultado insuficientes para explicar los hechos. En realidad, no llegaremos nunca a una teoría explicatoria del sueño mientras no admitamos la presencia de una fuerza vital y la existencia de un espíritu humano individual que abandona el cuerpo en forma más o menos completa durante las horas del sueño, de lo cual deriva un fortalecimiento espiritual, debido al abastecimiento que tiene lugar durante su viaje por el mundo de los espíritus."

Hay un punto en el fenómeno del sueño que no logramos comprender y es ése "el proceso de la inconsciencia". Ignoramos cómo sobreviene la inconsciencia. Ignoramos adónde se va la mente consciente. Pero *sabemos,* sin embargo, cuál es la

finalidad del sueño. Un individuo no podría recuperar su "energía nerviosa" si el cuerpo astral estuviese perpetuamente conformado al físico, sin salir jamás de coincidencia. Esta no coincidencia o discoincidencia natural, que todos los individuos experimentan, podría llamarse "la zona del reposo", pues no existe allí actividad de los cuerpos, salvo las funciones naturales. Si uno pudiera ver (astralmente) a un sujeto dormido, vería la forma física y sobre ésta (quizás a unos escasos milímetros de distancia), el contorno del cuerpo astral. Téngase bien presente que solo hablo del sueño *natural.* Normalmente, el astral se desliza fuera de coincidencia y luego, nuevamente dentro de coincidencia, sin que el sujeto lo advierta ni al dormirse ni al despertar. Tan lenta y suave es la forma en que se desliza. Sin embargo, puede salir de coincidencia o entrar con tal velocidad, que no es posible hacerse una idea consciente del tiempo empleado. Los movimientos del astral tienen lugar, generalmente, en el estado hipnagógico y, según ya dije antes, rara vez se da cuenta de ello el sujeto; rara vez los siente, si bien a veces puede percibirlos. Recordemos lo que Walsh expresa al respecto:

"El sueño sobreviene en forma gradual; los músculos se relajan con lentitud y disminuye la sensibilidad de los sentidos. Mucha gente experimenta, en el momento de dormirse, la sensación de deslizarse hacia abajo dentro de un agujero, o por una pendiente, y a veces se despierta con un sobresalto. Estos individuos son de carácter nervioso, aunque la fatiga o una ligera perturbación de la salud puede predisponer

para experimentar esta impresión. Es posible advertir, si se presta atención a las sensaciones psicológicamente presentes durante el estado hipnagógico, el relajamiento de los músculos y la impresión de hundimiento o deslizamiento que lo acompaña."

Pues bien; si el sujeto logra mantenerse consciente hasta el último momento, en el estado hipnagógico, podrá percibir la salida del astral, tal como la perciben a menudo los individuos nerviosos o en estado de fatiga. ¿A qué se debe esto? A que el astral entra siempre en la zona de reposo durante el sueño, a fin de cargar energía universal o cósmica.[2] En las personas nerviosas, y en los individuos dominados por la fatiga, el "condensador" (cuerpo astral) se halla más descargado; he ahí la verdadera explicación de la nerviosidad; el astral sale con mayor facilidad y rapidez, en tanto que la conciencia se disipa un instante después, de modo que el sujeto percibe el movimiento del cuerpo astral.

A esta altura aparece una nueva sensación discoincidente. El astral, donde se halla la mente en realidad, a menudo experimenta la sensación de hundirse o de deslizarse, debido a que los dos cuerpos poseen sensibilidad y el físico parece moverse hacia abajo, en tanto que en realidad, es el astral que se mueve hacia arriba. Claro está que el sujeto cree hallarse en el cuerpo físico, pero la verdad es que se encuentra algunos milímetros en discoincidencia con el mismo.

Sin duda preguntará el lector: "¿puede 'sentir' el sujeto el desprendimiento del astral durante el acto de la proyección?" Claro está que el sujeto tendría que hallarse consciente para poder conocer lo que le sucede y en este último caso, percibiría ciertas sensaciones que, una vez familiarizado con su significación, las podría reconocer como "signos" del aflojamiento del cuerpo astral.

No es necesario llegar a experimentar una proyección considerable a fin de conocer la naturaleza de estas "sensaciones". Bastará para que el sujeto las experimente que durante el estado hipnagógico concentre la atención sobre sí mismo y trate de ver lo que realmente sucede cuando el sueño se apodera de él. En otras palabras, bastará que logre obtener el equilibrio entre la conciencia y la inconsciencia —favoreciendo ligeramente a la primera— manteniendo la mente libre de tensiones durante todo el estado hipnagógico, para que perciba la discoincídencia en el instante en que el astral ingrese a la zona de reposo. La sensación será entonces, o bien una impresión de caída o bien la de una acumulación repentina de aire bajo el centro del cuerpo, preferentemente bajo el estómago. Generalmente, sigue a esto una ligera repercusión del cuerpo si el individuo se halla consciente, debido a la aparición de emociones.

Hay otro punto todavía sobre el cual quisiera llamar la atención. Cuando el subconsciente decide la realización de una proyección de dimensiones considerables, el cuerpo astral cae bajo los efectos de

la catalepsia. Esto puede suceder tanto durante la coincidencia exacta de ambos cuerpos como en la zona de reposo. Si el astral se torna cataléptico durante su coincidencia exacta con el físico, éste también se hallará en estado cataléptico; pero si la catalepsia recién aparece en la zona de reposo, no alcanzará al ser físico. Estas circunstancias no se producen en forma súbita, sino que van envolviendo al sujeto casi en forma inadvertida, de modo que si éste ha de percibirías en absoluto deberá ser sumamente sensible.

Cuando el sujeto experimenta la sensación de caída o de deslizamiento en el estado hipnagógico y se sobresalta, puede suponer que se ha hallado ligeramente consciente durante todo el tiempo; pero si se observan los cambios psicológicos cuidadosamente, se verá que la conciencia había estado disminuyendo gradualmente durante todo el proceso, al punto de haber desaparecido casi en el momento de producirse la impresión de deslizamiento; luego, con el sobresalto, nuevamente retorna la conciencia al sujeto. Y a poco que se piense en ello se admitirá que en cierto momento el individuo carece de seguridad de hallarse consciente. Es precisamente en ese brevísimo instante de "inconsciencia" cuando la Voluntad subconsciente impulsa al astral.

[1] "El sueño es la fuente natural de reabastecimiento, pero *ignoramos* la forma en que *actúa..." Brain and Mind,* de R. J. A. Berry, F. R. S., pág. 489. —H. C.

[2] En cuanto a esta teoría —de que el cuerpo humano se reabastece de energía durante las horas de reposo y de sueño— debo declarar que yo mismo la he defendido repetidamente, exclusivamente desde un punto de vista fisiológico. en mi libro *Vitality, Fasting and Nutrition Science,* (págs. 225 a 350) como así también en *Journal,* A. S. P. R., abril, 1908; *Annals of Psychic Science* agosto 1908 etc. La teoría defendida en esas ocasiones, era la de que el cuerpo humano se parece más a un motor eléctrico que a un motor de vapor y que la teoría corriente (de que la combustión química de los alimentos, suministra la energía vital del cuerpo) es errónea. Más acertado es suponer en cambio que el sistema nervioso se reabastece de energía vital durante las horas de reposo y el sueño y de que lo que los alimentos suministran no son sino la materia de que están formados los tejidos. Los argumentos en favor de esta tesis habían sido tomados en primer término de ciertos caso de ayuno y, en segundo término de la observación diaria y todos ellos nos muestran que, cualquiera sea la cantidad de alimentos ingerida llega siempre un momento en que debemos descansar y dormir a fin de restaurar la energía vital consumida, y que no es posible reemplazar al sueño con cantidad alguna de alimentos lo cual diferencia al cuerpo humano de todas las demás maquinas. Se señaló también que todos los hechos reconocidos de la fisiología (experimentos calorimétricos, etc.) podrían explicarse perfectamente sobre esta otra base teórica, agregándose además, que en caso de resultar cierta

la teoría expuesta ella nos permitiría aceptar y explicar muchos fenómenos psíquicos que no caben dentro de ninguna teoría materialista.

(Para el estudio detallado de esta teoría remitimos al lector a las publicaciones ya citadas.) La idea de Muldoon de que el cuerpo astral es el "condensador" o "acumulador" o el vehículo de esta energía, es una derivación de aquella teoría, equivalente a postular que el cuerpo astral constituye el *eslabón* entre el sistema nervioso y las Reservas Cósmicas de Energía, por medio del cual tiene lugar la necesaria transferencia. Nuestras teorías ensamblan con magnífica precisión y es mi opinión que no está lejano el día en que las viejas enseñanzas de la fisiología ortodoxa hayan de ser esencialmente modificadas en el sentido indicado, a fin de explicar loa fenómenos físicos supranormales, como así también la realidad del cuerpo sutil con su función de intermediario. — H. C.

EL CONTROL DE LOS SUEÑOS

Muchos sueños surgen como consecuencia del estado mental predominante en ese momento, de modo que no es difícil adquirir la facultad de soñar un sueño determinado; a menudo sucede, en estos casos, que el sueño mantiene en movimiento al cuerpo astral, en lugar de detenerlo en la zona de reposo. Antes de finalizar esta obra veremos cómo un proyector astral puede hallarse soñando y tornarse súbitamente

consciente para encontrar su cuerpo proyectado en un medio adecuado a su sueño. A mí me ha sucedido varias veces y más adelante relataré las experiencias correspondientes. De este modo, mediante cierta práctica, cl sujeto puede producir un sueño deseado a voluntad. Es esto lo que se llama "soñar en verdad", y digamos de paso que el control onírico es uno de los métodos conducentes a la producción de proyecciones astrales, método por otra parte, sumamente agradable.

Hereward Carrington se expresa en la forma siguiente al respecto:

"Existe un método práctico por medio del cual pueden obtenerse 'sueños reales'. Es de suma importancia, en este sentido, que el sujeto se observe a sí mismo en el momento en que 'cae' dormido, y que se mantenga consciente durante el pasaje a la esfera onírica.[3] Si el lector realiza varios experimentos en este sentido, no tardará en sentirse capacitado para mantener un control consciente sobre sí mismo hasta cl momento de caer dormido; por otra parte, esta autoobservación —la conciencia de la transición al sueño— es en extremo interesante.

"Una vez aprendido esto, el sujeto deberá imaginar ante sí una escena concreta y mantenerla firmemente presente en su pensamiento. Luego, en el momento en que sobreviene el sueño, todavía deberá mantener presente esta escena y en el último instante —antes de caer dormido— transferirse a sí mismo conscientemente a esa escena; en otras palabras, introducirse dentro del cuadro imaginado. Una vez

alcanzado este punto, el sujeto podrá imprimir una conciencia ininterrumpida al estado onírico, conservando durante todo el tiempo una perfecta continuidad del pensamiento; no habrá así ningún bache en la conciencia; el sujeto se introduce en el cuadro onírico trazado y sigue soñando conscientemente. Este es el proceso conocido con el nombre de ‘soñar en verdad’, una persecución de la verdad a través de los sueños; una vez realizado el sueño el sujeto podrá recordarlo perfectamente, punto por punto."

Maravilla realmente la armonía casi perfecta de las instrucciones dadas por Carrington para "soñar en verdad" con el método de control onírico empleado para impulsar el cuerpo astral hacia el espacio exterior. Un paso más allá del trayecto recorrido por Carrington se halla la fase proyectiva del cuerpo astral hacia un punto señalado por el subconsciente en concordancia con el sueño formulado por la conciencia. Más adelante, cuando el lector haya aprendido el método para provocar la proyección astral, como así también la forma de estimular los factores positivos o favorables para la proyección, podrá hacer que el astral se proyecte efectivamente dentro de un sueño, recordando luego, al despertar, todo lo sucedido durante el mismo, o bien despertándose durante el acto mismo del sueño. En ese caso, el sueño se disipará y el lector se hallará allí proyectado.

Como se recordará, era ésta la fórmula empleada con tanto éxito por el Dr. Van Eeden. Debe tenerse un gran cuidado, sin embargo, en la ideación del sueño; éste debe ser completamente pensado por la mente consciente y repetidamente elaborado antes de que el subconsciente pueda reproducirlo en consecuencia. Ahora bien; es de gran importancia la naturaleza del sueño a producirse, debiendo hallarse construido sobre la base de la actividad realizada naturalmente por el cuerpo astral durante la exteriorización, de modo tal que la sensación implicada por el sueño concuerde con la producida por la actividad del espíritu y se impida así que éste se despierte.

El sueño deberá ser, necesariamente, de naturaleza plausible, de modo que las sensaciones provocadas por el mismo resulten agradables al sujeto y se hallen en armonía con las correspondientes a la exteriorización; además, si ha de inducirse a la separación, las sensaciones y emociones deberán ser agradables, a fin de que el espíritu no recupere el estado consciente. Los sueños que concuerdan en la actividad y sensaciones implicadas con las producidas por la exteriorización, tienden a proyectar al espíritu.

La actividad significa, por supuesto, actividad del Yo en el sueño.

El Yo del sujeto debe moverse ostensiblemente en el sueño, debe participar permanentemente él mismo y no limitarse a quedarse parado en actitud contemplativa. Si el sueño es de tal naturaleza que se halla centrado sobre un deseo reprimido, los factores

favorables a la proyección por él puestos en acción serán todavía más fuertes**.** Más adelante, proporcionaré las indicaciones específicas para la producción de la proyección astral mediante el control onírico.

¡Una palabra de advertencia! Si el lector es neurótico, fácilmente influenciable, carente de "voluntad" y miedoso; si tiene alguna razón para creerse predispuesto a las obsesiones; si vive en medio de una atmósfera de desorden, será mejor no practicar la proyección del cuerpo astral. Los individuos de este tipo, no deben *nunca* "pensar en sí mismos", ni "observarse a sí mismos en el proceso de dormirse"; más bien les aconsejamos que se dediquen a la educación *física* y no a la *psíquica*.

[3] ¿Fue acaso la mera coincidencia la que puso en uso el término "caer dormido", o simplemente se debió éste a la sensación de caída experimentada al dormirse? — S. M.

LAS PERSONAS DE "TEMPERAMENTO NERVIOSO" SON LAS MEJORES CAPACITADAS PARA LOS EXPERIMENTOS PSÍQUICOS

En tanto que todo el mundo discoincide ligeramente durante el sueño, es decir, se desplaza hacia la "zona del reposo", los individuos de temperamento nervioso lo hacen con mayor rapidez y facilidad llevando su exteriorización hasta límites más distantes que los de

otro temperamento. El carácter, después de todo, tiene una gran relación con la proyección; los tipos neuróticos, puesto que no se hallan tan firmemente ligados al cuerpo físico, son los mejores sujetos para la proyección, si bien otros tipos de caracteres, si no tan sensibles, no son por ello inmunes.

Hereward Carrington, que ha profundizado el estudio de todos los aspectos de lo oculto y a quien no vacilaré en citar con toda libertad a lo largo de este libro, declara, al resumir las experiencias del doctor Charles Lancelin, conocido ocultista y hombre de ciencia francés:

"Para la experiencia debe escogerse un temperamento adecuado; de no ser esto posible, el experimento estará condenado al fracaso o a un éxito solo parcial. El 'Temperamento' no debe confundirse con el 'carácter' o configuración mental. El temperamento es un estado psicológico producido por el predominio de un elemento, órgano o sistema del cuerpo humano.[4]

"Existen cuatro tipos principales de temperamentos: nervioso, bilioso, linfático y sanguíneo. De éstos, es el primero el más indicado para los experimentos psíquicos de toda clase; el bilioso es el más receptivo; el sanguíneo se muestra propenso a las alucinaciones tanto objetivas como subjetivas; en tanto que el linfático es el menos adecuado de todos desde cualquier punto de vista que se lo considere.

"Claro está que el temperamento en un sujeto es, por lo general, un producto compuesto de todos estos

rasgos, que solo raramente aparecen el estado de pureza ideal; pero el temperamento preferentemente nervioso es uno de los más indicados para esta prueba, al igual que para todos los demás experimentos psíquicos. Ahora bien; existe en todo momento cierto fluir al exterior de fuerza nerviosa o "exteriorización de la neuricidad" tal como se denomina este fenómeno, en todos los individuos, pero en ciertos tipos de sujetos conocidos con el nombre de 'médiums' o 'psíquicos' este fenómeno adquiere características mucho más acentuadas. En ellos adquiere esta fuerza tal intensidad al ser irradiada, que puede ser medida por medio de instrumentos especialmente construidos al efecto, conocidos con el nombre de biómetros, estenómetros, etc.

"Los investigadores franceses han ideado varios instrumentos de este tipo. Todos ellos demuestran la existencia de una fuerza de repulsión generada a un costado del cuerpo y otra fuerza atractiva, con origen en el otro costado. En los seres humanos normales estas fuerzas deben ser iguales. Cuando no lo son suceden entonces cosas extrañas a su alrededor. Por medio de estos instrumentos puede medirse la potencia relativa de estas fuerzas."

Si bien existe, como Lancelin lo señala, un fluir hacia adentro y otro hacia afuera de la energía o fuerza cósmica, en todos los tipos, durante las horas de la vigilia, el fluir hacia afuera supera al fluir hacia adentro, especialmente en el tipo nervioso. De modo que

cuando sobreviene el sueño —que es el método seguido por la naturaleza para cargar al condensador— el condensador astral se separa del cuerpo físico. Puesto que el tipo nervioso requiere un mayor abastecimiento de energía, sale de coincidencia con mayor facilidad y rapidez, proyectándose a mayores distancias que cualquier otro tipo.

4: El lector debe tener presente que estas citas solo representan un resumen de las opiniones sustentadas por M. Lancelin. — H. C.

EL FANTASMA ES LIBRE FUERA DE LA ACTIVIDAD DEL CABLE

Una vez que el astral transpone el límite de actividad del cable, se libera, debiendo responder tan solo a su propia voluntad. Ya no existe ninguna probabilidad de que se produzcan excentricidades de los sentidos, inestabilidad del cuerpo, o de que sobrevengan otras complicaciones, sumamente frecuentes antes de transponer este límite.

Estos factores perturbadores que pueblan el área abarcada por la actividad del cable astral no desaparecen instantáneamente, sino en forma gradual, a medida que avanza el cuerpo; y cuando la proyección alcanza finalmente cierto punto, el cable alcanza su calibre mínimo asemejándose a un largo hilo de una telaraña; en estas circunstancias no se observa en él ninguna actividad.

Pese al estado aparentemente inerte o de laxitud del cordón debe existir necesariamente un fluir intrínseco de energía cósmica desde el astral o ser animado, hacia el físico o inanimado; pero este fluir energético no puede compararse en modo alguno con el intercambio anterior al pasaje del cuerpo astral por el límite de actividad del cable.

PROYECCION PROLONGADA

En el tipo de proyección prolongada y a distancia, el cuerpo físico puede adquirir un aspecto cadavérico puesto que la energía cósmica que recibe es muy escasa. Existen algunos casos de personas que fueron tomadas por muertas durante algunas de esas proyecciones. Claro está que esto es sumamente raro, pero el cuerpo físico puede tener toda la apariencia de hallarse sin vida. En una proyección de este tipo, la temperatura del miembro físico puede sufrir un descenso tan increíble, que solo resulta biológicamente comparable con el de los animales que invernan.

EL PROYECTOR NO PUEDE PERDERSE

El lector se preguntará si esta (proyección) no será, después de todo, una práctica peligrosa. Se preguntará, por ejemplo, si no será posible que el espíritu, una vez libre, se extravíe; o que permanezca alejado demasiado tiempo, determinando la muerte del

cuerpo físico. Por regla general, la fuerza subconsciente directriz sabe perfectamente lo que hace, pero en este aspecto supera con mucho a la mente consciente. ¿Cree acaso el lector por ventura, que uno puede proyectarse al estado libre, fuera del radio de acción del cable, estar dotado de conciencia, y rehusarse a regresar, permitiendo así la muerte del cuerpo físico? Naturalmente, solo a una persona que nunca se haya proyectado podría ocurrírsele semejante idea; pero todo proyector consciente sabe perfectamente que en caso de intentar permanecer alejado del cuerpo físico demasiado tiempo, no tarda en perder la conciencia.

Algunos autores manifiestan su creencia de que el proyector puede extraviarse cuando se halla fuera del cuerpo. Esto no es cierto. Estos mismos autores son los que sostienen que el cuerpo astral puede proyectarse a lugares distantes y desconocidos por un simple esfuerzo de la voluntad. Lo cual es cierto, y siendo cierto no se comprende por qué ha de perderse el proyector, puesto que para regresar a su cuerpo físico le bastará volver a emplear su *voluntad* en ese sentido.

Cuando menos se espera, la mente subconsciente interviene y arrastra al espíritu instantáneamente hacia atrás, llevándolo del lugar donde se encuentra, por distante que sea, a la zona de actividad del cable, donde es absorbido por el organismo físico. En realidad, es la fuerza subconsciente la que traslada a grandes velocidades al astral, llevándolo a lugares

distantes y luego nuevamente de regreso al cuerpo, aun sin pérdida alguna de la conciencia durante esos brevísimos instantes. El sujeto puede hallarse caminando fuera del radio de actividad del cable, perfectamente consciente, y encontrarse de pronto bajo el control subconsciente, moviéndose hacia el cuerpo físico para interiorizarse.

De modo, pues, que el hecho de hallarse fuera del radio de actividad del cable, con la consiguiente liberación que esto representa, no reporta gran ventaja en cuanto al control final de la voluntad subconsciente se refiere. Quizás el lector sea de opinión que un individuo puede disociarse de su sustento físico y vagar por algún extraño lugar del mundo astral, y pese a hallarse consciente, carecer de la discriminación necesaria o del sentido de orientación elemental para hallar el camino de regreso hacia la morada material. Esto no es posible; la Voluntad subconsciente puede barrer literalmente al espíritu dentro del cuerpo físico, aun antes de haberse formulado con toda claridad el pensamiento de regresar. Quizás el lector crea que la mente consciente es maravillosa; quizás crea que es capaz de pensar y actuar con rapidez; pero una vez que se ha experimentado la proyección consciente en el cuerpo astral, se comprende que comparada con la rapidez de acción de la superinteligencia subconsciente, la de la mente consciente es lo que el paso del caracol al vuelo de un pájaro. Todo aquel que quiera iniciarse en la práctica de la proyección del cuerpo astral, puede abandonar desde ya sus temores de extraviarse.

COMO SE REABASTECE EL CUERPO FISICO DURANTE LA PROYECCIÓN

He comprobado en diversas ocasiones que mientras uno se halla en estado de libertad —ya sea por las inmediaciones del cuerpo físico o a gran distancia de éste— puede ser enviado de vuelta dentro del radio de actividad del cable a intervalos, y de inmediato el organismo físico comienza a respirar en forma más acelerada. Es evidente que el subconsciente no descuida un solo instante la condición del organismo material y que el condensador de energía cósmica —el espíritu— es arrastrado de regreso para abastecer al físico a través del cable que siempre aumenta de tamaño al acercarse los cuerpos, dando más vigor a su línea de fuerza,

En su libro *lligher Psychical Developmnet,* dice Carrington:

"El problema de la proyección del cuerpo astral es de vital importancia, pues, en primer lugar, constituye uno de los fenómenos psíquicos más interesantes, y, en segundo lugar, representa la meta final de las tres escuelas: la Yoga, la Ocultista y la Psíquica. Todas ellas se esfuerzan por arribar a resultados más o menos similares, pero valiéndose de distintos medios, y lo logran con diferentes grados de autoconciencia.

"Cuando el yogui ha alcanzado el grado de perfección en que puede proyectar su cuerpo astral a voluntad, es capaz entonces de recorrer grandes distancias y ver y escuchar hechos distantes, lo cual explica el

extraordinario poder de los hindúes de conocer las cosas que ocurren a grandes distancias; esto permite también el entierro voluntario durante largo tiempo y otras experiencias similares, pues en esas ocasiones el astral se encuentra alejado del físico.

"Ausente el cuerpo de sensaciones, el físico se limita a conservar sus funciones vegetativas, en la medida suficiente para permanecer viviendo. Pero, de acuerdo con esta teoría, el cuerpo físico es sustentado por una continua corriente vital, proveniente del cuerpo astral, que le llega a través del cable astral, vínculo éste que comunica a ambos seres; y una vez que el yogui vuelve en sí, saliendo del estado de trance, afirma recordar las experiencias porque ha pasado durante el tiempo en que permaneció enterrado, 'muerto' aparentemente para el mundo exterior".

En su meritorio trabajo, *My Experiennces While Out of My Body* (Mis experiencias fuera del cuerpo), dice Cora L V. Richmond:

"Adquirí conciencia de ser conducida hacia donde la forma terrena estaba todavía respirando, de ser protegida y animada por un espíritu guardián y por fieles amigos de la vida humana."

Según esto (y así es) existen amigos en el reino de lo invisible que pueden prestar —y a veces prestan, efectivamente— una inestimable ayuda al médium proyectado.

Sin embargo, existe una contradicción en el testimonio de la señora Richmond y es ello que aparentemente el espíritu guardián le infunde "aliento" al cuerpo inanimado. Nosotros sabemos que la fuerza reguladora de la respiración es transmitida desde el cuerpo astral hacia el físico, a 1o largo del cable. Animar al cuerpo terreno, infundiéndole vida, es la finalidad esencial del cordón astral.

Existen, si, en el mundo de lo invisible, amigos capaces de prestar ayuda. Esto no puede ponerse en tela de juicio. Pero tampoco puede dudarse que la capacidad de respirar procede del cable astral. Probablemente la señora Richmond se sintió inclinada a afirmar lo contrario al contemplar a un amigo reclinado sobre ella. La exteriorización astral no depende en absoluto de los "espíritus", pese a que éstos puedan ayudar en ciertas circunstancias. La proyección puede tener lugar sin que haya un solo mortal o espíritu próximo a la forma física. La fuerza que todo lo gobierna yace en el propio individuo.

Es evidente que la señora Richmond dio por sentado que el espíritu guardián era el responsable del proceso respiratorio. Ya hemos visto cómo, durante el estado libre de la proyección, el espíritu era arrastrado a su morada original, a intervalos, para el reabastecimiento del organismo físico. Un examen más detenido de las experiencias de la señora Richmond revela el hecho de que, después de todo, ella también conocía la existencia de esta línea de fuerza tendida entre ambos cuerpos, puesto que en otro lugar de su obra declara:

"Estos llamados a la atención y las fugaces visitas al cuerpo eran sumamente breves, apenas 1o suficiente para mantener encendida la llama vital."

El principiante que se lance a la práctica de esta operación, no debe olvidar nunca que la súperinteligencia autora del aparente milagro, se halla dentro de él mismo. No debe creer en ningún momento ni por razón alguna, que al practicar una proyección astral está colocando su vida a merced de una inteligencia *consciente* ajena a su propio ser —ya sea espíritu o mortal— si bien deberá mostrarse agradecido por cualquier ayuda exterior que pueda recibir.

Es la súperinteligencia que alienta en su interior la que gobierna la situación y si el sujeto llega a formarse la idea de que debe depender de otras fuerzas ajenas, no es difícil que nunca logre su propósito. Si se quiere obtener algún resultado positivo, no deberá buscarse el camino fuera de uno mismo, sino en su interior. "Yo soy un Dios celoso" dice la Biblia. El Dios que alienta en nuestro interior también es celoso: y si no nos confiamos por entero a Su sabiduría, buscando protección, en cambio, en los "espíritus", es lo más probable que se rehúse a ayudarnos.

MUERTO NO, ¡DURMIENDO SOLAMENTE!

Claro está que, como en todas partes, también aquí hay excepciones; pero no es en las excepciones sino

en la regla general donde debemos apoyar nuestro comportamiento. En efecto, pese a que el subconsciente conserva casi invariablemente su poder durante la proyección, siempre hay un margen abierto para las complicaciones. La inteligencia que gobierna el proceso puede incurrir ocasionalmente en errores, si bien esto solo puede suceder bajo la influencia de agentes extraños.

De este modo, si ha habido casos de médiums que han encontrado un fin lamentable, incluso la muerte, solo ha sido por el imperio de circunstancias excepcionalísimas. Se afirma que Cora L. V. Richmond ha logrado permanecer proyectada en el astral durante varios días. Hamid Bey "el más joven de los faquires egipcios", cuyas maravillosas demostraciones del poder de la mente sobre el cuerpo asombraron al mundo occidental, se ha sometido a varios y prolongados entierros públicos.

En Atlanta, Cal., permaneció enterrado durante una hora; tres horas en Englewood, N. J.; siete horas en San Diego, Cal., etc., —sin la protección de féretro alguno, esto es, cubierto directamente por la tierra— en presencia de numerosos periodistas escépticos. En su oportunidad la prensa publicó todos los detalles de estos entierros y cualquier lector interesado puede consultarlos.

Aunque estas pruebas pueden parecer casi inconcebibles al espectador medio, en Oriente no son nada raras y los viajeros que han recorrido la India, Egipto y otros países orientales, han dado testimonio

de cientos de casos semejantes. Muchos de estos entierros fueron realizados en circunstancias óptimas, siendo vigilado todo el proceso por testigos escépticos.

Hace algunos años, fue enterrado un célebre faquir oriundo de la provincia de Lahore, India, por el término de treinta días, bajo la vigilancia del príncipe Ranjeet Singh y de Sir Claude Wade. El faquir fue colocado dentro de una bolsa —mientras se hallaba en estado cataléptico— que fue atada firmemente. Luego se colocó la bolsa en una caja, herméticamente cerrada, quedando sus llaves bajo la custodia del General británico.

A continuación se depositó la caja en un nicho de ladrillos, sellándose la puerta con el sello de su majestad Ranjeet Singh; se destacó, finalmente, una guardia de soldados ingleses para vigilar el nicho día y noche. Al cabo de los treinta días, se abrió el nicho, se sacaron los cerrojos de la caja y se desató la bolsa — todo estaba exactamente en el mismo estado en que se había dejado— y el faquir, en extremo consumido pero todavía con vida, fue resucitado por sus amigos.

Si las proyecciones de este tipo no estuvieran perfectamente gobernadas por una inteligencia omnisapiente, el cuerpo no podría pasar una prueba semejante; si, por ejemplo, debido a la intervención de cualquier factor inesperado, el cuerpo astral no pudiese retornar periódicamente

No existe ninguna prueba que indique que aquellos que volvieron "a la vida" hubieran estado realmente en

el plano astral. Pero no es necesario remontarnos a los tiempos bíblicos para encontrar ejemplos de personas que, tomadas erróneamente por muertos, fueron luego milagrosamente resucitadas. Todas las generaciones han sido testigos de casos semejantes. Por esta razón existió en otra época la costumbre en Francia, de trasladar los cuerpos de aquellas personas declaradas muertas a la morgue, donde debían permanecer bajo vigilancia un tiempo determinado antes de practicarse el sepelio. Se confiaba así en eliminar el peligro de los entierros prematuros.

No hace muchos años tuvo lugar un curioso funeral en la pequeña ciudad de Iowa. La víctima yacía en el recinto de la iglesia donde se le tributaban los homenajes póstumos y mientras sus deudos contemplaban por vez postrera sus despojos mortales, comenzó a emanar un hilo de sangre de la nariz del cadáver. Y un instante después, la presunta muerta tornaba nuevamente a la vida para vivir todavía muchos años. El autor de este libro conoce a muchas personas dignas de confianza que podrían jurar la verdad de este episodio.

Todo esto está directamente relacionado con los fenómenos astrales. Toda vez que el cable astral se separa del cuerpo físico, ese cuerpo inicia su rápido viaje de retorno al polvo de donde vino.

Todo lo que se ha dicho en los párrafos anteriores con respecto a la proyección no debe provocar el menor recelo en el principiante que desee practicar metódicamente la proyección astral. La probabilidad

de que la voluntad subconsciente se "equivoque" es realmente insignificante.

Las enfermedades graves, que de por sí ponen en peligro la vida, son la causa común de los pocos resultados desgraciados de que se guarda noticia; y en estos casos, la proyección tiene lugar involuntariamente. Como puede verse, si bien la enfermedad es un estímulo para la proyección del cuerpo astral, el sujeto que quiera realizar una proyección de proporciones considerables no debe hallarse en estado excesivamente por debajo de lo normal.

SEMEJANZA DEL CABLE ASTRAL Y EL CORDON UMBILICAL

Después de haber comparado a la proyección con la "muerte", detengámonos un instante a compararla con el "nacimiento". ¿No ofrecen acaso el cuerpo y el cable astrales una sorprendente similitud con el cuerpo físico de un recién nacido y su cordón umbilical? Y, en medio de todo, ¿cuál de los dos procesos es más misterioso? En la medida en que se halla implicada la comprensión de la inteligencia oculta detrás de cualquiera de estos dos procesos, es natural situarlos en una misma categoría.

Me ha asombrado siempre como la mayor incongruencia que los escépticos se refieran al nacimiento como la cosa más natural del mundo y a la

proyección astral como algo sobrenatural, siendo que no pueden explicar ninguno de los dos fenómenos. La única diferencia estriba simplemente en esto: lo que nosotros llamamos "natural" se ha hecho natural solo a fuerza de resultarnos familiar, pero sigue siendo tan inexplicable como el más profundo de los misterios.

Y puesto que el incrédulo no tiene familiaridad alguna con el fenómeno de la proyección astral, se mofa del mismo sobre la base de que se trata de algo sobrenatural; pero este mismo señor llama natural al nacimiento físico con el cuerpo palpitante al otro extremo del cordón, simplemente por estar familiarizado con él, pues no podría explicarlo mejor que la proyección astral.[5] Pero así es la mente humana. Sin duda que lo sobrenatural no existe. Y lo que suele llamarse sobrenatural no es sino aquello con lo cual no estamos familiarizados. Un grano de arena es tan misterioso como un planeta; un organismo físico tan misterioso como un cuerpo astral; el cordón umbilical, tan misterioso como el cable astral. De modo que cuando pensamos en ese maravilloso organismo –el cable astral- y nos preguntamos cómo puede ser posible que alimente la vida, puede darnos cierta satisfacción —o insatisfacción— el saber que los cordones astral y umbilical son notablemente semejantes.

5: "...Con la ayuda de una placenta el huevo fecundado es capaz de formar un nuevo organismo completamente independiente, hecho este, en sí mismo, suficientemente extraordinario." Sir Oliver Lodge. *Journal* A. S. P. R., enero, 1928. (págs. 43 y 44.) — H. C.

CAPITULO VII

LUGAR EN QUE LA "LINEA DE FUERZA" ASTRAL HACE CONTACTO CON LOS CUERPOS

Las opiniones de los principales autores que han tratado este tema parecen hallarse divididas en lo referente al punto de contacto entre la "línea de fuerza" astral y los cuerpos. Sabemos, o por lo menos debiéramos saber, que pueden ser tan diferentes las condiciones involucradas en cada caso, tan diferentes los individuos y tan diversos y entremezclados los grados de materia, que algunos experimentadores arriban, naturalmente, a conclusiones completamente opuestas a las de otros,

Un autor sostiene que el cable astral está adherido al cuerpo físico a la altura del plexo solar, situado detrás del estómago. Otro afirma que el lugar de contacto se halla en la parte inferior de la frente, entre los ojos. *Y* hay otros aun (parecen ser la mayoría) que sustentan la opinión de que el punto de contacto se halla en el bulbo raquídeo. Por mi parte, comparto esta última opinión y creo que las pruebas que la abonan son incontrastables.

Si pueden por lo tanto defenderse todas aquellas opiniones, el conflicto estará reducido al plano teórico o, mejor dicho, a la polémica personal entre sus

defensores; pero lo cierto es que el cable puede partir de cualquiera de los centros vitales del cuerpo. Un famoso investigador de estos problemas, cuya palabra es de inapreciable valor y que no tiene igual en el mundo del ocultismo, es un entusiasta defensor de la teoría de que el cable astral tiene su punto de contacto con el cuerpo físico en el plexo solar. Pero, si esto es cierto, ¿dónde se comunica con el cuerpo astral? ¿también a la altura del plexo solar del cuerpo proyectado? Sin duda que, de ser así, el proyector astral consciente deberá hallarse en serias dificultades mientras permanece dentro del radio de acción del cable...

He aquí lo que yo sé a través de mi experiencia: Nunca vi que el cable hiciera contacto con el cuerpo físico a la altura del plexo solar, pero *sí* he observado que puede hacerlo en la parte anterior, en la posterior y en los costados de la cabeza. En mi caso particular, el extremo astral ha estado invariablemente adherido al bulbo raquídeo. Quizás suceda que aquellos experimentadores que defienden al plexo solar como punto de contacto se valgan, a ese efecto, de la sugestión durante las etapas iniciales de la proyección astral.

Sea ello como fuere, hay una razón concreta para que el cable astral pueda partir de puntos diferentes de la cabeza física y es ella la posición ocupada por el cuerpo físico en el momento de la proyección. Entonces, los cuerpos astral y físico coinciden, y según sea la posición en que se halle el cuerpo físico,

tal será la del astral. Si el físico se halla de espaldas en la posición horizontal, el astral emerge también de espaldas. En este caso, el cable astral saldrá del físico a la altura de la frente, entre los ojos, haciendo contacto con el astral en la nuca en la región del bulbo raquídeo. Cabe agregar que ésta es la posición ideal para la proyección.

Por el contrario, si el físico se hallara boca abajo en posición horizontal, el cuerpo astral emergería también boca abajo. En este caso, el cable astral saldría de la nuca del cuerpo físico, para insertarse directamente en el bulbo raquídeo del astral. Si uno se halla dotado de conciencia durante una proyección de este tipo, podrá sentir al cable astral curvado sobre su cabeza, como una especie de manguera elástica, pulsando regularmente. Hace muchos años tuve la siguiente experiencia que ilustra este punto:

GIRANDO EN EL AIRE

La primera percepción de que fui consciente en esta oportunidad fue la de que mi cabeza era arrastrada hacia abajo, hasta apoyarse el mentón sobre el pecho y de que algo me golpeaba blandamente sobre la nuca. Un instante después me hallaba plenamente lúcido en el astral, descubriendo que algo tiraba hacia abajo, en efecto, de mi cabeza, y que el mentón estaba realmente apoyado sobre el pecho.

Los golpes que sentía en la cabeza se debían a las pulsaciones del cable astral. En esta forma, pues, me hallaba yo en el aire, precisamente debajo del cielo raso de la habitación. Era incapaz de todo movimiento voluntario y una sensación de opresión parecía sofocarme. Mi cuerpo físico se hallaba acostado boca abajo y en esta misma posición me hallaba yo ahora en el astral; era, pues, la "línea de fuerza" astral la que tiraba mi cabeza hacia abajo; podía sentir su acción con tanta claridad como si se hubiera tratado de un segmento de manguera atado a la nuca del cuerpo astral que, pasando por encima de la cabeza hubiera tirado de ella con fuerza obligándola a doblarse sobre el pecho.

Esta experiencia me convenció en forma concluyente de que el cable astral se inserta siempre en la región del bulbo raquídeo del astral, pues en ninguna otra oportunidad hubiera sido más conveniente otro sitio para su inserción. No obstante, también en este caso, el contacto tuvo lugar en el punto mencionado, lo cual no era por cierto, una disposición ideal.

Durante algunos instantes permanecí en esta posición; luego advertí que comenzaba a dar vuelta lateralmente sobre sí mismo. Por un momento creí que mi cabeza iba a ser separada del cuerpo. El movimiento de rotación continuó hasta que finalmente me encontré acostado en el aire con la espalda hacia abajo. Una vez terminada esta operación, la fuerza rectora comenzó a mover los pies hacia abajo y la cabeza hacia arriba hasta colocarme en la posición erguida.

Por qué la inteligencia subconsciente juzgó necesario hacerme girar sobre mí mismo en el aire antes de completar la proyección, es cosa que ignoro.

Al producirse la interiorización, tuvo lugar el mismo proceso pero en el sentido inverso. Primero pasé de la posición vertical a la horizontal, situándome en un punto directamente encima del cuerpo físico. Este movimiento tuvo lugar, cuando todavía me hallaba de cara al techo. Entonces volví a girar sobre mí mismo y descendí lentamente (boca abajo) dentro del organismo físico que estaba acostado en la cama, también boca abajo. Si hemos de considerar típica esta experiencia, debemos concluir forzosamente, que la posición horizontal de espaldas es la ideal para la proyección.

LOS CUATRO CEREBROS DEL HOMBRE

Claro está que el punto de contacto entre el cable astral y la cabeza, y el punto en que aquél termina realmente, son dos cosas distintas. Al proyector puede parecerle que el cable se halla centrado en el bulbo raquídeo, en la parte anterior o a un costado de la cabeza física, según el lado que hubiera quedado hacia arriba en el momento de la proyección. No obstante, todo esto podría ser pura apariencia, terminando el cable, en realidad, dentro de la cabeza, en la glándula pineal; por lo menos, no sabemos lo suficiente para decidir lo contrario.

En el cuerpo existen cuatro grandes centros nerviosos o psíquicos —los cuatro cerebros del hombre, como se los llama a veces— el cerebro propiamente dicho, el cerebelo, el bulbo raquídeo y el plexo solar. Fuera de estos centros, también tenemos la glándula pituitaria y la glándula pineal. Puesto que la proyección del cuerpo astral depende en cierta medida de la concentración en uno o más de estos centros, los examinaremos rápidamente.

El cerebro, dividido en dos hemisferios, constituye la parte anterior de la masa encefálica, dentro del cráneo. El cerebelo se halla ubicado detrás y debajo del cerebro. Ambos se hallan unidos por un corto pedúnculo conocido con el nombre de pedúnculo cerebeloso. El plexo solar (cerebro abdominal) se halla en el abdomen, detrás del estómago. De naturaleza compleja, se halla compuesto de un material semejante al de los otros dos grandes centros nerviosos.

El bulbo raquídeo [1] es un ensanchamiento del extremo superior de la médula espinal, que extendiéndose en el interior del cráneo, está situado debajo del cerebelo. Este consiste en una serie de divisiones y ramales de los ganglios vinculados con los dos centros vitales vecinos. Se sabe perfectamente que en el bulbo raquídeo se encuentran ciertos nervios que controlan la función respiratoria. El lector juzgará por sí mismo si es éste o no un punto ideal para la inserción de la "línea de fuerza" astral, a fin de transmitir el "aliento" vital.

1: Para un análisis más extenso de las funciones del bulbo raquídeo, ver *Brain and Mind,* de Berry, págs. 158 a 193. — H. C.

LA GLANDULA PINEAL

Situado dentro del cerebro se encuentra un órgano muy particular, la glándula pineal, que, hasta hace pocos años, constituyó una fuente de misterios, pese a que los orientales han proclamado, desde antiguo, la significación de esta glándula en su relación con lo oculto. La glándula pineal, aparte de su importancia fisiológica, es reconocida actualmente por gran número de estudiosos occidentales de la ciencia psíquica, como el punto de contacto entre los mundos físico y espiritual.

Swami Bhakta Vishita afirma: "La glándula pineal es una masa de sustancia nerviosa ubicada dentro de la masa encefálica, cerca del centro del cráneo, directamente encima casi, de la espina dorsal. Tiene la forma de un pequeño cono y es de color rojo grisáceo. Situada frente al cerebelo, se halla unida al tercer ventrículo del cerebro.

"Contiene una pequeña cantidad de partículas arenosas, por lo menos con aspecto de arena; por lo cual se las conoce con el nombre corriente de 'arena cerebral'. Su nombre científico proviene de su forma, semejante a la de una piña. Los ocultistas orientales sostienen que la glándula pineal con su peculiar disposición de los corpúsculos nerviosos y sus diminutos granitos de arena cerebral, se halla

íntimamente vinculada con ciertas formas de la transmisión y recepción de las ondas mentales.

"Los investigadores occidentales han descubierto con asombro una gran semejanza entre la glándula pineal y cierto mecanismo de los aparatos receptores empleados en la telegrafía sin hilos, pues éste también contiene pequeñas partículas muy semejantes a la 'arena cerebral' de la glándula pineal."

LA GLANDULA PITUITARIA

La glándula pituitaria, situada delante y debajo de la glándula pineal, es otro órgano al que se le atribuye significación oculta. Existe un vínculo entre ambas glándulas, sobre el cual actúa, según se afirma, una fuerza sutil. El doctor W. H. Downer declara al respecto:

"Los movimientos moleculares en la glándula pineal son la causa de la clarividencia espiritual, pero para lograr que esta clarividencia ilumine todos los campos del universo, las luces emanadas de la pituitaria deben unirse a los fuegos de la pineal, y esta unión representa la conjunción del sexto y el séptimo sentidos en uno solo o, en otras palabras, significa que la conciencia del individuo se halla tan inspirada que las esferas magnéticas de la mentalidad superior y del sentido espiritual superior se hallan conjugadas."

Si se tienen en cuenta las importantes funciones de todos y cada uno de estos centros vitales, fácilmente

se comprenderá que no había peligro en afirmar que el cable astral puede transmitir el "aliento" de la vida a cualquiera de ellos, durante la proyección del espíritu, como así también que en esta forma la energía estaría adecuadamente distribuida; en efecto, todo el sistema nervioso se halla en armonía, unas partes con otras, en toda la extensión del organismo físico.

Algunos autores han comprobado que la concentración en la glándula pineal (el pensamiento adecuadamente concentrado, por supuesto) facilita la proyección del cuerpo astral, y parece estar fuera de toda duda que la concentración del sujeto en un punto determinado genera siempre una línea de fuerza en ese punto. La fuerza no es *generada* por el centro nervioso físico, sino que éste es puesto en marcha por aquélla.

LA ENERGÍA COSMICA

Ninguno de los centros vitales mencionados en los párrafos precedentes son capaces de crear fuerza alguna; solo son distribuidores, rectificadores, transformadores; son los complicados mecanismos materiales, de que se sirve la energía de la vida para poder actuar. El hecho de que el cuerpo físico pueda ser destruido no implica que haya de ser destruida también la fuerza que descansa detrás de ese cuerpo, del mismo modo que la rotura de una lámpara eléctrica no destruye la energía que la hace funcionar.

Es interesante destacar el hecho de que algunas personas a quienes se les han extraído ciertas partes del cerebro, no manifestaron perturbación alguna. Geley, en su libro *From the Unconscious to the Conscious* (Del inconsciente al consciente), cita muchos casos de este tipo ocurridos en Francia durante la guerra; en su mayoría, se trata de operaciones quirúrgicas practicadas a soldados que habían recibido lesiones graves.

Los fisiólogos no creen que la energía vital —conciencia, sensibilidad, fuerza motriz— pueda existir con independencia del organismo físico, en la creencia de que el cuerpo material es el *generador* de la energía. La principal razón que sustenta esta teoría es el simple hecho de que no puede probarse que el cuerpo físico no la genere. Pero tampoco puede probarse que el cuerpo físico sea su fuente creadora; por lo tanto, esta teoría carece de fundamento.

El cuerpo físico librado a sí mismo no puede siquiera retener la energía vital, puesto que ésta se halla acumulada en el condensador astral, y pasa al físico durante la proyección, mediante la línea de fuerza, desembocando en un centro vital del organismo físico. Estudiar los fenómenos astrales —incluso la propia vida— sin considerar primero la energía que se encuentra detrás de todos ellos, sería como edificar una casa sin cimientos, como estudiar las aplicaciones eléctricas sin conocer la fuerza que las posibilita.

Quizás el lector nunca se haya detenido a pensar que la energía que utiliza es cósmica, que se encuentra

presente en todas partes y que no es generada por el organismo, sino absorbida y condensada por éste a través del cuerpo astral, el cual, como ya hemos visto, se reabastece durante el sueño, llenando así una importantísima función. Se comprenderá también que la alimentación y la dieta constituyen un factor de peso en el fenómeno de la separación del cuerpo astral.

La creencia corriente sostiene que la energía es *generada* por el cuerpo y que comer "tantos" alimentos producirá "tanta energía". Sí esto fuera cierto, nada sería más fácil que reemplazar el sueño con alimentos, de modo que no bien nos sintiéramos cansados, débiles o enervados bastaría ingerir más alimentos para que la fatiga se disipara como por encanto. Además, si tal teoría fuera cierta, cuanto mayor fuese la cantidad de alimentos ingerida, tanto mayor seria la energía generada; pero las investigaciones científicas han demostrado que atiborrar de comida a un inválido no hace sino agravar su situación. El alimento es materia al igual que el cuerpo físico y si abastece a éste es solo gracias a la fuerza cósmica que lo anima, pero no porque produzca energía por sí mismo.

OPINIONES DEL DR. LINDLAHR SOBRE LA ENERGIA

Detengámonos un instante a considerar lo que declara el doctor Henry Lindlahr, dietista de fama mundial e ilustre campeón de las curas por la naturaleza, en

respuesta a la siguiente pregunta: ¿Por qué razón comemos y bebemos? El doctor Lindlahr contesta:

"La mayoría de la gente respondería: 'Todo el mundo sabe que los alimentos y los liquidas nos dan fuerzas'... Pero, ¿tenemos la completa certeza de que esto sea realmente así? ¿Podernos creer plausiblemente que la gran cantidad de calor animal y energía vital que produce, irradia y consume el cuerpo humano cada veinticuatro horas proviene de unas pacas libras de carne ingeridas al cabo del día? Cualquier obrero que realice un trabajo pesado o cualquier atleta gastan a diario una enorme cantidad de fuerza y energía. Un individuo sano puede continuar esta actividad durante varias semanas sin tomar ningún alimento.

"La mejor prueba de que no todo el calor y la energía muscular del cuerpo provienen de la combustión de los alimentos ingeridos nos la suministra el caso de los ayunos prolongados. En los últimos años, debido a la creciente popularidad del ayuno como el mejor de los remedios naturales, varios miles de personas han llegado a ayunar desde cuatro a diez semanas seguidas. La mayoría de estos 'maratonistas ayunadores' solo acusan una ligera disminución de la energía física. Pero los hay, incluso, que se sienten más fuertes al término del ayuno que antes de iniciarlo. La pérdida de calor animal es despreciable. Si bien en algunos casos la temperatura baja unas décimas o un grado, en la mayoría de los ayunadores permanece normal. Esto lo hemos podido comprobar

tras el estudio minucioso de cientos de casos observados en nuestras instituciones.

"He aquí un caso de que tuve conocimiento personal: uno de nuestros pacientes que padecía de fiebre tifoidea solo tomó agua durante siete semanas. Al cabo de este lapso su temperatura era normal. En las últimas dos semanas de ayuno solo perdió dos libras de peso. Otro paciente con un cáncer al estómago vivió dos años enteros consumiendo diariamente solo unas pocas onzas de alimentos, especialmente clara de huevo y jugos de frutas. Casi hasta el fin de este periodo su temperatura se mantuvo normal. Ya sea que uno se achicharre bajo un sol ecuatorial o que se congele entre los hielos polares, la temperatura del cuerpo se mantiene exactamente igual. Basta un aumento o disminución de unos pocos grados por encima o por debajo de lo normal para que sobrevenga la muerte.

"Esta perfecta regulación del calor animal, independiente de la temperatura ambiental y, dentro de ciertos límites, independiente de la cantidad y calidad de los alimentos ingeridos constituye uno de los más profundos misterios del maravilloso organismo humano. Si los alimentos fueran la única fuente del calor animal y de la energía activa, sería imposible todo ayuno prolongado; la temperatura del cuerpo descendería vertiginosamente a poco de iniciado el ayuno. Se dirá tal vez que durante la prescindencia de los alimentos, el cuerpo se abastece a sí mismo, es decir, que consume sus propios tejidos; esto, sin

embargo, no explica la producción de todo el calor y la energía consumidos durante el ayuno".

Siempre sobre el mismo tema, Lindlahr continúa: "Si los alimentos no dan la vida, ¿cuál será entonces su función en la economía del cuerpo? Nada más que suministrar los materiales necesarios para mantener al sistema total en condiciones adecuadas para que la fuerza vital pueda manifestarse y actuar en el mismo. La introducción de la fuerza vital en las células y órganos corporales, como así también su libre distribución por medio del sistema nervioso, dependen del estado normal o de salud del organismo. Todo aquello que en los métodos de vida naturales ayude a producir la sangre sobre una base normal, que purifique al sistema eliminando toda materia enferma o inútil, que corrija las lesiones mecánicas y armonice las condiciones mentales y emocionales, asegurará un mayor abastecimiento de fuerza vital y de sus derivados, es decir, fuerza, vitalidad, resistencia y capacidad de recuperación. En otras palabras, cuanto más normal sano y perfecto sea el organismo, tanto mayor será el acopio de energía vital".

LOS ALIMENTOS, EL AYUNO Y EL DESARROLLO PSÍQUICO

Cuando tan escrupulosos investigadores como el doctor Lindlahr reconocen que deben ir a buscar las fuentes de la energía vital, fuera del cuerpo, ¿no es tiempo ya de que todos reconozcamos la existencia de

una fuerza omnipresente que anima al cuerpo y se sirve de él como de un medio? No es posible detenernos aquí en el estudio de la alimentación y la dietética. El estudio de los alimentos y sus efectos sobre la vida constituye una ciencia específica.

Solo nos limitaremos a decir que los diferentes alimentos determinan la aparición de diferentes condiciones en el organismo, supliendo algunos mayor energía que otros, hecho éste que depende, sin duda alguna, de la forma en que atraigan o rechacen la energía vital cósmica captada por el cuerpo astral.

Es probable que las cargas negativas y positivas de los alimentos actúen, en alguna forma desconocida, sobre el cuerpo astral. El cuerpo físico es elaborado por medio de los alimentos ingeridos debido a que los elementos materiales básicos que constituyen a los alimentos y la carne son los mismos; pero la energía solo se manifiesta dentro y por medio del ser astral.

"Existe una doctrina oculta con respecto a los alimentos", dice Carrington. "Y es ella que una dieta vegetariana tiende a reducir las moléculas protoplasmáticas, tomándolas más sensibles a las longitudes de ondas cortas. Lo cual no es sino natural. Decimos que una barra de hierro está 'imantada' cuando todas las moléculas que la componen se hallan, por así decirlo, 'apuntando' en la misma dirección.

"Si se le aplica a un imán de este tipo un fuerte martillazo o se lo calienta al rojo esperando luego que

se enfríe nuevamente, se comprobará que pierde su facultad de atracción. ¿Qué sucede en este caso? Probablemente que las moléculas de hierro, uniformemente orientadas en un principio, 'apuntan' ahora en diferentes direcciones, de modo tal que la energía que antes obraba a lo largo de la barra de hierro en una ininterrumpida y armoniosa corriente, se ha diseminado ahora, orientándose en mil sentidos distintos. El hierro habrá dejado de ser, en consecuencia, un imán.

"Es posible que en el cuerpo ocurra algo similar y que sus moléculas permitan, siempre que se hallen en perfecta armonía y actúen al unísono, el ingreso al cuerpo de las fuerzas energéticas que de otro modo no podrían ser asimiladas. Todo lo cual no es sino una simple hipótesis que solo damos a titulo ilustrativo".

Dice Prescott F. Hall en un artículo sumamente interesante publicado en la revista de la Sociedad Americana de Investigaciones Psíquicas:

"Las dietas vegetales tienden a aflojar la materia vibratoria del cuerpo astral; las verduras, las frutas v las pasas de ciruelas capacitan a la sangre para atraer la energía espiritual. También las zanahorias son beneficiosas. Las nueces, y en especial los maníes, son perjudiciales, particularmente si se los ingiere poco antes del momento de disponerse a efectuar una evolución psíquica, debido a que tienden a tornar la atmósfera del sujeto de un solo color. Los huevos crudos son propicios. También los líquidos favorecen

el desarrollo... El ayuno suele contribuir a la liberación del cuerpo astral."

Como se advertirá, este autor afirma que los líquidos favorecen el desarrollo; pero nada nos dice acerca de la forma en que actúan o del tipo de desarrollo que favorecen. En lo que respecta al proceso de la proyección astral debo dejar aclarado que la abstinencia de líquidos constituye un importante factor *positivo.* No obstante, Hall está en lo cierto cuando afirma que el "ayuno" suele favorecer la liberación del cuerpo astral.

No basta decir que los alimentos constituyen uno de los factores más importantes de la vida, sino que es necesario recalcar que tan importante como comer es comer la clase adecuada de alimentos. No me es ajeno el hecho de que, con esta afirmación, provocare las iras de más de un espiritualista partidario de las curas mentales y de la *Christian Science,* cuyo lema es "dejemos los alimentos a un lado que la mente se ocupará de ello."

Si bien no puede dudarse de la posibilidad de la cura por el espíritu, no es menos cierto que resulta ridículo ignorar el problema de la alimentación. Los alimentos son tan necesarios como el aire. ¿Por qué no dejar de respirar y dejar que la mente se ocupe de ello? El problema es éste: Los adeptos a esta doctrina ¿comen o no? y si comen ¿para qué? Ellos responderán que comen porque es necesario para mantener la vida física, pero que es absolutamente indiferente lo que coman, ya sea que se llame "comida" o no.

Pues bien: Si es necesario comer, no se ve por qué no ha de comerse lo adecuado. Me pregunto si los adeptos a la cura por el espíritu serán capaces de comer basuras y convertirlas, por medio de su mente, en sustancias nutritivas para su cuerpo. Ellos contestarán:

"Las basuras no son alimentos". ¡Pero cuántas de las cosas que comemos diariamente son apenas algo más que basuras! Se ignora generalmente, por ejemplo, —aunque muchos investigadores lo han demostrado— que gran parte del "puro trigo" que se vende en América no es sino tusas de maíz molido. Las mezclas que se hacen pasar por "puro trigo" contienen a veces hasta tres cuartas partes de los desechos que los cerdos se niegan a comer. Tanto el doctor Ward como otros investigadores han comprobado fehacientemente este hecho.

Si es cierto que puede dejarse librado al espíritu el problema de la alimentación, ¿por qué no dejar también al espíritu que él mismo se alimente? El problema es perfectamente simple: si es necesario comer, es necesario también comer los elementos alimenticios adecuados. La alimentación, la respiración y el sueño son leyes naturales. No podemos descuidar ninguna de ellas sin sufrir las consecuencias, por lo menos durante la vida terrena.

EL AYUNO ACRECIENTA EL INGRESO DE ENERGÍA COSMICA

Pero de las tres fuentes de la energía es el sueño la más importante; nada más fácil de comprobar que si pudiéramos beber, comer y respirar en forma adecuada, dormiríamos menos, reteniendo todavía la cantidad de energía necesaria, y que, si durmiésemos más, no necesitaríamos realizar el consumo habitual de alimentos.

Y ésta es una de las razones por las cuales el ayuno actúa favoreciendo la proyección astral. En efecto, a medida que avanza el ayuno, se elimina una de las fuentes secundarias de energía, por lo cual, y a fin de retener en el sistema la cantidad de energía necesaria, el cuerpo astral es proyectado por la noche a mayores distancias fuera de coincidencia, de modo tal que puede cargar una mayor cantidad de energía cósmica para compensar la pérdida. Esta es la razón que explica por qué la gente puede sobrellevar largos ayunos sin experimentar pérdidas de energía y hasta, en ciertos casos, aumentar su monto total.

Dirán algunos: "¿Cómo es posible que el paciente retenga la misma cantidad de energía siendo que durante el ayuno no duerme más tiempo que antes?" En otras palabras: ¿cómo es posible que el sujeto capte más energía durante el ayuno, mediante el sueño, que en épocas normales, durmiendo el mismo número de horas? Pues bien; esto se explica fácilmente, pues el monto de energía cargada no

depende de la duración del sueño, sino de la distancia alcanzada en su separación por el cuerpo astral.

Recuérdese que el cuerpo astral discoincide con el físico durante el sueño con el fin de cargar energía, y cuanto más lejos del cuerpo físico se proyecte, tanto mayor la facilidad con que condensa la fuerza cósmica. Podemos ver, pues, en esta forma, la relación existente entre el ayuno y la proyección astral. Cuanto más profundo sea el sueño, más inactivo se hallará el cuerpo (o lo que es lo mismo, más incapacitado) y tanto mayor será la distancia alcanzada por el ser astral en su exteriorización. Es ésta la razón por la cual, en el sueño hipnótico, el sujeto puede obtener en un breve espacio de tiempo los mismos beneficios que en un lapso mucho más largo de sueño natural.

Hace ya mucho tiempo que los orientales conocen el valor de esta fuerza cósmica. Ellos la llamaban "prana" y, según definición de Swami Bhakta Vishita es: "una forma de energía sutil que penetra al universo, pero que en el organismo de los seres humanos se manifiesta bajo una forma especial. Esta fuerza sutil o prana es susceptible de ser transmitida, según se afirma, de un organismo a otro y constituye, asimismo, la fuerza energética por medio de la cual pueden producirse muchos procesos ocultos y fenómenos mágicos.

"El prana se halla estrechamente vinculado con el 'magnetismo humano' de los ocultistas occidentales y las propiedades que a este último se atribuyen no son

sino, en realidad, las mismas que los orientales han venido considerando desde siglos atrás como las cualidades esenciales del prana; de este modo, se observa un acuerdo de fondo entre las escuelas ocultistas de oriente y occidente, pese a las diferencias en la terminología."

Esta energía cósmica posee muchas facultades. Una de ellas es la de "curar". Todo enfermo que se cura, solo se cura merced a la energía cósmica. La medicina, la quiropráctica, la Christian Science y todos los demás métodos curativos dependen, para su eficacia, del prana. Todo lo más que puede realizar un método curativo es ayudar. En caso de enfermedad, si el paciente efectúa un ayuno, no solo sé ayuda a la naturaleza en esta forma a eliminar las toxinas del cuerpo, sino que también se aumenta automáticamente el ingreso de energía cósmica, de energía curativa.

El más ilustre perito americano en Yoga, Hereward Carrington, afirma en su *lligher Psychical Development* que: "Los hindúes poseen todo un notable sistema de fisiología... Ellos afirman la existencia de ciertos portadores de energía, los *nadis.* Existen en número de setenta y dos mil y cada uno de ellos posee múltiples ramificaciones.

"Si se toma un escalpelo y se practica una disección del cuerpo humano, no se hallarán, sin embargo, estos centros. A lo cual responden los hindúes: '¡Ah!, pero no están compuestos de materia física sino astral por lo tanto, puesto que quien practica la disección no

posee ningún sentido astral no puede verlos.' Estos portadores de energía son los centros de almacenamiento del prana, como así también su principal medio de circulación."

Un poco más adelante, en el mismo libro, encontramos lo siguiente:

"Los médicos nos dicen que necesitamos más sueño, generalmente, alrededor de ocho horas. Si dormimos ocho horas por día, esto significa que nos pasamos la tercera parte de la vida durmiendo. Realmente, parece un derroche. Los hindúes razonan entonces: '¿no será posible evitar parte de este derroche? ¿no será posible alcanzar un estado en que el sueño ya no sea necesario?' Siguiendo punto por punto ciertos ejercicios (que Carrington explica detalladamente) llegaron finalmente a reducir en forma considerable las horas de sueño. En la práctica hallamos que la curva del sueño describe la siguiente trayectoria:

"Empezamos con lo que se llama 'umbral de la conciencia'; éste se hunde cuando caemos dormidos, para luego elevarse gradualmente una vez más; de este modo, inmediatamente después de haberse quedado dormido, el sujeto se encuentra en el punto más profundo, ascendiendo luego gradualmente desde ese punto basta el momento del despertar. El problema es éste. ¿No será posible profundizar esa *curva* de modo de alcanzar un sueño más profundo, necesitando un menor número de horas? Los hindúes afirman haber alcanzado un método para profundizar artificialmente el sueño, reduciendo su duración; en

occidente hemos hecho algo similar por medio del hipnotismo."

Todo esto guarda relación directa con el tema que venimos estudiando, es decir, la proyección astral. Creo que es esta la primera vez que alguien afirma que el cuerpo astral discoincide durante el sueño a fin de reabastecerse de energía, y que la profundidad del mismo, como así también la cantidad recuperada, dependen de la distancia que separa al astral del cuerpo físico, es decir, que a una mayor distancia de separación corresponde un mayor ingreso de energía cósmica o prana, en el astral.

Pero, ¿no nos muestra todo esto en forma convincente que cuanto más débil sea un individuo tanto más fácil le será efectuar proyecciones de proporciones considerables? Vuelvo a insistir en que pese a lo que puedan sostener otros autores, el estado patológico constituye un factor positivo para la proyección astral. Por mi parte, no se me alcanzan las razones que puedan oponerse a esta teoría, si bien me apresuro a conceder que es mucho más peligrosa la práctica de proyecciones prolongadas o a distancia cuando el estado de salud del organismo se halla resentido.

No se entienda de lo anterior que es mi propósito aconsejar la producción intencional de un estado patológico para favorecer la proyección. Solo quiero dejar bien sentado que no es posible afirmar que la salud sea un factor necesario en el arte de la proyección astral. Si tal fuera cierto, cuanto más próximos nos hallásemos a la muerte (y más

debilitados nos encontráramos) tanto más difícil nos resultaría morir (alcanzar la proyección permanente). Claro está que el sentido común se niega a admitir semejante afirmación.

Otra creencia muy difundida es la de que "quemamos" nuestra energía. Pero lo que realmente hacemos es exteriorizar nuestra energía; es decir, que la energía neural pasa al exterior del cuerpo astral. En los individuos de temperamento nervioso esta proyección exterior es sumamente marcada y ésa es la razón de que el individuo sea neurótico. Creo haber dicho ya que este pasaje de la energía al exterior puede ser medido por medio de ciertos instrumentos. Si se pudiera eliminar el excedente de la energía exteriorizada por un sujeto neurótico, éste dejaría de serlo. Es fácil comprender que las personas de temperamento nervioso necesitan un mayor reabastecimiento durante el sueño que los individuos de otro temperamento. Existe cierto tipo de ejercicios y posiciones corporales que tienden a exteriorizar la energía cósmica, en tanto que el tipo opuesto tiende a interiorizarla. Se ha comprobado que el miedo determina la intoxicación del torrente sanguíneo casi en forma instantánea. A ello se atribuye pues, que una persona se debilite cuando es presa del miedo.

Pero veamos por qué nos debilita el miedo (Y es esta la primera vez que se sustenta una teoría de este tipo): el miedo provoca la marcha hacia el exterior de la energía neural debilitando automáticamente a la víctima. No hay ningún agente capaz de exteriorizar la

energía nerviosa en forma tan completa y rápida como el miedo. Si fuera cierto aquello de que la energía es "quemada", no sería posible explicar los estados de "enervación instantánea" como cuando el miedo hace presa de nosotros. La energía es omnipresente e indestructible: no es generada ni consumida, en su lugar, es interiorizada y exteriorizada, siendo su lugar de condensación el cuerpo astral.

Cuando el sujeto se halla proyectado en el cuerpo astral, consciente, puede observar esta energía neural: en efecto, es perfectamente posible observar su color y su condensación en los cuerpos de otros sujetos. Es luminosa, a semejanza de una luz blanca. Es esta energía la que confiere al ente astral su aspecto fosforescente. Son los destellos de esta energía condensada los que forman la estela a espaldas del fantasma, cuando éste se mueve con la velocidad intermedia.

Aunque el resplandor de la energía neural puede verse todo a lo largo del cuerpo, ésta se condensa principalmente en el centro del mismo. Alcanza su mayor luminosidad en este punto esto es en la región del plexo solar. Yo he podido comprobrarlo varias veces. Andrew Jackson Davis solía decir que él siempre veía el sistema nervioso en el interior del cuerpo como si estuviera lleno de luz.

Yo soy de opinión, fundada en la observación astral, de que el gran centro de almacenamiento de la energía condensada se halla, en los seres humanos, en la región del plexo solar. También existen algunos

hechos fisiológicos que parecen corroborar esta afirmación. Ya he dicho que el miedo provoca la exteriorización instantánea de la energía neural. Pues bien, es un hecho comprobado que siempre experimentamos los efectos del miedo con mayor intensidad en el plexo solar. El proyector astral en estado consciente puede percibir la energía neural; es interesante señalar que los espíritus suelen referirse a los médiums como sí se tratara de "luces".

POR QUE EL AYUNO FACILITA LA PROTECCION ASTRAL

Puesto que hemos afirmado que la energía es de origen cósmico y no producida enteramente por los alimentos que ingerimos, no estará demás recordar lo que Cristo dijo de los alimentos: "El hombre no vive de pan solamente." Se sabe que Cristo practicaba largos ayunos y existen buenas razones para suponer que su finalidad, al así hacerlo, era producir fenómenos espirituales; tal vez facilitar sus viajes en el cuerpo espiritual.

Ya conocemos una de las razones por las cuales el ayuno tiende a liberar al cuerpo astral; a fin de evitar todo malentendido volveremos rápidamente sobre este punto. El sueño, los alimentos y la respiración son las fuentes de la energía corporal. El sueño es la principal fuente, pues, como dijo Schopenhauer, "El sueño es para las personas lo que la cuerda para el reloj."

Los alimentos constituyen una fuente secundaria de energía, de modo que, cuando se emprende un ayuno, esta segunda fuente de energía cesa de abastecer al organismo. El cuerpo astral —el condensador de la energía— discoincide siempre con el físico durante el sueño, a fin de reabastecerse. y durante los ayunos debe captar (condensar) una mayor cantidad de prana para compensar la disminución provocada por el ayuno.

Cuanto más lejos se produzca la exteriorización del astral, mayor energía podrá reunir éste, y mayor será la facilidad para reabastecerse. En consecuencia, durante un ayuno, el astral se aleja más de lo acostumbrado, es decir, más allá de la zona de reposo (sueño normal). Esta es solamente una razón por la cual el ayuno es un factor positivo en la proyección del cuerpo astral. Pero existe otra razón, que denominaremos del "deseo reprimido".

A menudo se ha observado que la aplicación de un golpe capaz de privar transitoriamente de conciencia, puede tener el paradójico efecto de hacerse sentir a la víctima más llena de energías al recuperar la conciencia. La razón es evidente; durante el desmayo, el cuerpo astral se proyecta a cierta distancia dentro del flujo cósmico de energía. Y además, he aquí otro hecho que hay que tener en cuenta:

LA CONCIENCIA CONSUME ENERGÍA

La conciencia (el estado de simple vigilia) consume energía, exactamente del mismo modo en que la consume cualquier actividad. Un individuo puede permanecer sentado o en posición horizontal, completamente inmóvil, en estado consciente, y sin embargo, consumir energías. He aquí un hecho que es importante tener siempre presente: aunque el cuerpo astral se reabastece cuando sale de coincidencia con el físico, o se separa del mismo, la inconciencia es *necesaria* a fin de cosechar el mayor beneficio en la operación de reabastecimiento.

Si el sujeto proyecta el astral y se *mantiene consciente* todo el tiempo, no logra cargar al cuerpo astral; la inconciencia es un factor tan necesario como la separación. Personalmente observé muchas veces que, después de experimentar una proyección enteramente consciente, me sentía, tras coincidir nuevamente con el físico, más fatigado que al salir del cuerpo. Y, por el contrario, comprobé muchas veces que cuando se trataba de una proyección inconsciente (es decir, cuando la conciencia recién aparecía en el acto de la interiorización, lo cual me daba la pauta de que había estado proyectado) me sentía, a mi regreso al cuerpo físico, lleno de un nuevo vigor; hasta tal punto a veces, que al despertarme me sentía capaz de volar por el aire. Es muy común sentirse "muerto de cansancio" después de una exteriorización consciente y experimentar, además, un fuerte dolor en la nuca. Tengo el convencimiento de que los espíritus de los

planos inferiores deben tornarse inconscientes cada tanto, pues la conciencia consume energía, ya sea que uno se halle en el astral o en el físico.

Existen indicios vehementes que dan cuerpo a la afirmación de muchos ocultistas de que el sueño —la inconciencia— no es producido por determinados agentes del cuerpo material, sino por la acción de factores ajenos. Las teorías tales como la de la hiperemia cerebral, la anemia cerebral etc., y todas las que atribuyen el sueño a influencias materiales deben ser descartadas. Pero *tampoco puede ser atribuido a la salida del cuerpo astral,* pues hemos visto que aun este ser duerme, pudiendo hallarse inconsciente y proyectado o consciente y proyectado.

CAPITULO VIII

LA CONCIENCIA DURANTE LA PROYECCION ASTRAL

Aunque en la mayoría de los casos de proyecciones astrales la "conciencia" depende principalmente del azar (es decir, *parece* depender del azar, ya sea que haya o no conciencia), tengo la certeza de que no es imposible idear ciertos métodos para influir sobre la aparición de la conciencia durante las proyecciones del ser astral.

Claro está que es posible hallarse consciente desde cl principio mismo de la exteriorización, pero no es éste el caso habitual. En muchas proyecciones en que he adquirido conciencia durante su desarrollo, he podido analizar las causas que (a mi parecer) provocaron la aparición de la conciencia en cada caso. Algunas de estas causas son semejantes a las que producen el retorno de la conciencia durante la coincidencia de los cuerpos.

A menos que la conciencia se halle presente desde el principio mismo de la proyección, su primera manifestación consiste en un sueño. Rara vez surge aquélla repentinamente; lo usual es que aparezca por grados, durante la proyección del astral, siendo siempre precedida por un sueño y abriéndose paso a través del mismo. Si el sueño corresponde a la

actividad del espíritu, es más probable que la conciencia se haga presente; de ahí que sea tan importante el control onírico. Pasaré a relatar a continuación, un despertar que ilustra este punto: se podrá apreciar entonces cabalmente la diferencia entre la "conciencia onírica" v la "conciencia real".

UN CASO DE "SUEÑO VERDADERO"

Soñé que entraba en un imponente salón de techo muy alto, con una gran claraboya en medio y varios vitrales en las paredes. Cuando entré era, como dije, un amplio recinto, pero después de algún tiempo de permanecer en él, advertí que había cambiado. Era ahora una pequeña habitación y solo había en el cielo raso un agujero de reducidas dimensiones a través del cual podía percibir luz.

Según creo recordar, el cuartito tenía poco más de un metro cuadrado y yo me hallaba parado en el centro del piso, mirando hacia arriba a través del agujero practicado en el centro del techo. Era ésa la única abertura por la cual podía escapar, puesto que no había ni puertas ni ventanas.

Allí estaba yo, pues, mirando hacia arriba y preguntándome cómo lograría escapar. No existía ningún medio para treparse hasta la ventana, pues las paredes eran perfectamente lisas y no había ningún objeto donde pararse en el estrecho recinto. De modo que me hallaba encerrado, sin poder hacer otra cosa

que mirar a través del agujero. Así me pareció permanecer durante cierto tiempo, cuando de pronto se me ocurrió la idea de que quizás pudiera salir *volando* a través del agujero.

Comencé a elevarme en el aire, pero precisamente cuando pasaba a través del orificio, quedé aprisionado en él. Una mitad de mi cuerpo, de las caderas para abajo, quedó dentro del cuarto y la mitad superior afuera. Allí estaba ahora sin poder realizar movimiento alguno. Entonces comencé a despertar, dándome cuenta de lo que estaba ocurriendo. ¡Estaba proyectado! Sí, era la misma historia de siempre: despertar de un sueño para encontrarme exteriorizado. Pero lo interesante del caso es que la posición del cuerpo (astral) coincidía con la posición que yo tenía en el sueño. En efecto, cuando adquirí conciencia, me hallaba precisamente a mitad de camino a través del techo de la habitación. Es decir que había ascendido, directamente por encima del cuerpo físico, había alcanzado la posición vertical y me hallaba ahora con la mitad superior por encima del techo y la inferior debajo.

Este no es nada más que uno de los muchos "despertares" que he experimentado al salir de un sueño; ahora bien, yo he observado que siempre que un sueño coincide con la actividad del cuerpo astral, generalmente sobreviene una conciencia *real.* Cuando el sueño coincide con la acción del cuerpo astral, determina siempre la exteriorización del mismo.

DESPERTAR EN EL ASTRAL A CAUSA DE UN RUIDO

He aquí otro ejemplo en que encontramos la participación del "ruido". Una noche, antes de retirarme a dormir, había estado leyendo acerca de una matanza realizada por los indios. El jefe de la banda de indios se llamaba "El Curita". Apenas me acosté, comencé a soñar. Me hallaba en un claro del bosque. Este era bastante ancho, de unos seis metros cuadrados.

Llevaba un revólver conmigo, pero, al pasar a través del claro, vi de pronto varias cabezas de indios que se asomaban entre los árboles y la maleza, a mi alrededor. Levanté el arma y comencé a disparar hacia ellos, uno por uno. Era un ¡bang—bang— bang—bang! continuo. Y con cada disparo el revólver parecía hacer un estruendo ensordecedor, haciéndome temblar cada vez que lo descargaba.

Pero no podía dejar de tirar, ¡si no quería caer en manos de los indios! ¡Y ese horrible bang—bang—bang! ¡Cómo torturaba mis tímpanos! Entonces descubrí al jefe de los indios. Era "El Curita" y avanzaba hacia mí por el claro del bosque, para matarme y obtener mi cuero cabelludo.

De modo que apuntándole con mi revólver, no vacilé en dispararle: ¡bang—bang—bang!; pero esta vez no lograba acertarle y el indio cada vez estaba más y más cerca. Cuando ya casi me tocaba, dejé caer el revólver y comencé a retroceder. Pero el bang—bang—bang

proseguía. ¡Ahora se hacía más nítido! El jefe indio parecía desvanecerse rápidamente. ¡Me hallaba consciente!

Era una noche de viento y una de las persianas, que había quedado abierta, estaba golpeando contra la pared: bang—bang— bang. Descubrí entonces, ya consciente, que me hallaba proyectado en el astral, parado cerca de mi revólver, detrás de la puerta de la cocina. ¡Pero eso no era todo! Allí estaba, frente a mí, un indio, (espíritu) que me dijo: "¿Llamabas al Curita?"

Estos son tan solo dos ejemplos de la forma en que uno puede tornarse consciente durante una proyección del cuerpo astral. Podría citar otros muchos, casi innumerables, pero eso requeriría otro libro tan largo como éste. Consideremos solamente el último ejemplo; si cuando comenzaron los golpes y la lucha con el terrible jefe indio, me hubiera hallado dentro del radio de acción del cable, hubiera sobrevenido una interiorización inmediata debido a las emociones provocadas por esta experiencia. Se advierte fácilmente que solo hay un paso del sueño a un despertar completamente consciente.

EL MUNDO DE LOS SUEÑOS

Existe un *mundo de los sueños.* Cuando uno sueña no se halla realmente en el mismo mundo que cuando se encuentra dotado de conciencia ——en el cuerpo físico— si bien estos dos mundos se confunden el uno

con el otro. Cuando uno sueña se halla, en realidad en el plano astral, situándose el cuerpo onírico, por regla general, dentro de la zona de reposo. La distancia de separación no tiene aquí ninguna importancia; una vez que el astral se separa —ya sea a escasos centímetros o a una distancia remota— el sujeto se encuentra en el plano astral.

Quizás ésta sea la primera vez en que el lector advierte que cada vez que va a dormir, su ser onírico discoincide, penetrando, por lo tanto, en el mundo astral. El hecho de permanecer en la zona de reposo no implica por ello que el sujeto no esté en el mundo astral. Durante la discoincidencia, éste se halla en armonía vibratoria con el mundo astral y el físico a un tiempo. Puede hallarse consciente, parcialmente consciente, o inconsciente, ya sea dentro o fuera de coincidencia.

En un sueño, el sujeto posee una conciencia parcial y puede hallarse fuera de coincidencia; la mente se convierte, así, en una estación receptora de ondas, ondas etéreas que portan consigo pensamientos, sonidos, influencias, música, voces, y toda suerte de impresiones, de ambos mundos; y es precisamente debido a la recepción de estas impresiones que se originan muchos sueño. Cuando el sujeto cae (se *eleva,* en realidad) dormido, si la mente consciente se encuentra parcialmente cerrada, funcionará en conjunción con el subconsciente, proviniendo el material para los sueños, de los pensamientos, ruidos, etc., de ambos mundos. Si la mente consciente se

halla cerrada o bloqueada por completo, entonces no hay sueño o, mejor dicho, el sujeto no recuerda haber soñado, al despertarse.

Cuando el sujeto está dormido es mayor su capacidad vibratorio-receptiva que cuando se halla físicamente despierto. Una persona dormida no se diferencia considerablemente de un médium, pero, puesto que se halla inconsciente, no lo advierte; si su estado es, en cambio, parcialmente consciente, entonces se hallará abierto a las vibraciones de los dos mundos. Si el individuo despierta de un sueño en el cuerpo físico, su capacidad vibratorio—receptiva se hallará armonizada con el plano físico, y si despierta de un sueño en el astral durante una proyección, su capacidad vibratorio—receptiva abarcará los planos físico y astral a la vez.

El estado onírico se encuentra en un punto intermedio entre la conciencia completa y la completa inconsciencia; como se puede ver, una vez que el sujeto se halla proyectado y soñando, solo necesita dar un paso para pasar a la conciencia completa. Se ha llamado con propiedad *"cuerpo onírico"* al astral, pues es dentro de ese ser donde soñamos, aun cuando podamos hallarnos en coincidencia o a unos centímetros apenas fuera de coincidencia o completamente separados del físico.

La aparición de los sueños no debe atribuirse a una causa única; las influencias que los producen son tan numerosas, enigmáticas y sutiles, que realmente no parece posible que lleguemos a comprender nunca

cabalmente la significación de nuestras fantasías nocturnas. Pero sí podemos, por medio del conocimiento adquirido, utilizar los sueños para provocar la proyección astral.

Solo debe tenerse presente una regla con respecto a los sueños: Cuando la actividad del yo en el sueño coincida con la del fantasma astral, el sueño determinará la exteriorización efectiva del mismo. Quizás diga el escéptico: "¿Cómo ha hecho Ud. para saber que si la acción del yo en el sueño corresponde con la del fantasma esto determina su proyección?"

Solo cabe una respuesta: así lo prueba la experiencia. Aunque el lector puede leer esa regla en unos pocos segundos, el autor de este libro necesitó varios años para descubrirla y confirmarla. Pues bien; si la damos por cierta, todo lo que necesitamos hacer es soñar en verdad", lo cual no es difícil, si se tiene presente la trayectoria recorrida por el espíritu al proyectarse, y acomodando el sueño a la misma.

Claro está que el sueño debe ser del tipo de "aviación". El sujeto puede "soñar en verdad", pero a menos que comprenda la trayectoria recorrida por el fantasma y la aplique a su sueño, éste no tendrá ningún efecto "proyectivo" sobre el astral. Es perfectamente natural suponer, sin embargo, que un sueño adecuadamente dirigido puede lograrlo. Durante el sueño, la mente se halla parcialmente consciente, actuando aquél como una "sugestión" o indicación realizada a la voluntad subconsciente, es decir, la fuerza que mueve en la práctica al ser etéreo.

Recuérdese siempre la ley fundamental de la proyección: CUANDO LA VOLUNTAD SUBCONSCIENTE DECIDE MOVER AL CUERPO (CUERPOS EN COINCIDENCIA) Y EL CUERPO FÍSICO SE HALLA INCAPACITADO, EL CUERPO ASTRAL SE PROYECTA FUERA DEL FÍSICO. Es el sueño adecuado el que actúa como estimulante sobre la voluntad subconsciente, impulsándola a mover al cuerpo y, puesto que el organismo físico se halla incapacitado —ocupando el astral la zona de reposo— el cuerpo astral es "extraído" por el sueño, que puede ser del tipo de aviación.

Es tan cierto que un sueño adecuado provoca la proyección astral, como el hecho de que una decisión consciente de "caminar" mientras nos hallamos físicamente despiertos, hace que marchemos. En ambos casos es la misma voluntad subconsciente la que mueve al cuerpo o cuerpos. Si se me pregunta cuál es la forma más agradable de lograr la proyección astral, no vacilaré en contestar que es la del "control onírico". Existen varios métodos para alcanzar este aparente milagro, pero todos ellos deben descansar sobre la misma ley fundamental. Como es muy posible que algún lector desee intentar proyectarse por medio del "control onírico", pasaré a dar ahora las instrucciones pertinentes. Más adelante daré, asimismo, otros procedimientos. Mi consejo es, sin embargo, que no se ponga en práctica *ningún* método hasta no haber estudiado perfectamente, primero, todo el contenido del libro.

EL METODO DE PROYECCIÓN MEDIANTE EL "CONTROL ONÍRICO"

Durante varias noches después de acostarse (varias semanas sería todavía mejor) el sujeto debe observarse a sí mismo durante el proceso del sueño. Deberá tratar de concentrar sus pensamientos en sí mismo. No habrá que pensar en nada ni nadie sino en uno mismo. Debe mantenerse siempre una estrecha vigilancia sobre el propio ser a medida que se desvanece la conciencia. Recuérdese que si bien uno está por dormirse, se halla todavía despierto. El lector solo apreciará el significado que esto encierra cuando lo ensaye, pues no es posible comprenderlo tras una simple lectura.

Una vez que se haya aprendido a mantener la conciencia hasta bien entrado el estado hipnagógico, es decir, hasta que el sujeto se siente envuelto por el sueño, habrá llegado entonces el momento de dar un paso más adelante e idear un sueño adecuado que deberá tenerse siempre durante las fases iniciales del sueño. Recuérdese: el sueño debe idearse de tal modo que requiera la actividad del sujeto y además, que esta actividad coincida con la trayectoria recorrida por el espíritu durante la proyección.

¿Qué prefiere el lector? ¿Nadar? ¿Volar en avión? ¿Ascender en globo? ¿Dar vueltas en la rueda gigante? ¿Subir en ascensor? En el sueño se deberá hacer lo que a uno le "gusta" hacer. Si se escoge algo

desagradable, la sensación producida determinará la interiorización, puesto que será desagradable. Debe buscarse aquello que proporcione sensaciones placenteras; de este modo, si sobreviene la conciencia después de haberse efectuado la separación de los cuerpos, la sensación proveniente de la posición del espíritu en el aire será agradable. Naturalmente, que esto requerirá mucho tiempo, pues no es fácil realizar una acción en el sueño de tal naturaleza que produzca sensaciones de gozo.

Supongamos, por ejemplo, que al lector le guste subir en ascensor (esta es mi fórmula personal). Ya hemos aprendido a conservar la conciencia hasta el momento de dormimos. Debemos acostarnos de espaldas y concentrar nuestro pensamiento en nosotros mismos. Nos hallamos acostados de espaldas sobre el piso de un ascensor. Nos quedaremos allí muy quietos, hasta dormimos, y no bien nos durmamos, el ascensor comenzará a moverse hacia arriba. Y entonces experimentaremos un gran regocijo al subir, apoyados de espaldas sobre el piso del ascensor.

Ya trepida ligeramente, disponiéndose a partir hacia el piso más alto de un gran edificio. Lenta, suavemente, comienza a ascender, ascender, ¡ascender! Somos conscientes de que nos movemos hacia arriba. La sensación experimentada nos complace al máximo. Ya estamos cerca del último piso. Se detiene. Ahora vamos a incorporarnos y salir del ascensor caminando sobre el piso de la terraza del rascacielos. Entonces miraremos todo lo que nos rodea, mientras

caminamos, sin descuidar un solo detalle. Enseguida, volveremos nuevamente al ascensor y allí nos recostaremos de espaldas sobre el piso. Luego descendemos lentamente, lentamente, siempre hacia abajo, y ahora nos hallamos, siempre de espaldas sobre el piso del ascensor, de regreso en la planta baja del edificio.

Ya he dicho que tal era el sueño que yo ideé a fin de facilitar la salida del cuerpo astral del físico. Ahora bien; es de suma importancia utilizar siempre el mismo sueño, pues si primero se prueba con un sueño y luego con otro, el subconsciente no recibirá una impresión tan intensa bajo el estímulo del sueño como cuando se ensaya noche a noche con el mismo sueño.

Elabórese vívidamente el sueño en el pensamiento y manténgaselo presente mientras desaparece gradualmente la conciencia; realícese entonces la entrada directa en el "ascensor", precisamente en el momento en que empieza a "perderse" el conocimiento; entonces el cuerpo astral empezará a moverse hacia arriba en el ascensor, se erguirá sobre su equivalente físico (en el momento en que el sujeto sueñe hallarse parado en el aparato, al llegar al último piso); y se moverá hacia adelante en el momento exacto en que el sujeto sueñe que sale del ascensor. En forma semejante, al regresar, según el sueño, dentro del aparato, el astral habrá de desplazarse hasta ocupar una posición directamente encima del físico; y cuando el sujeto se acueste nuevamente, el astral volverá otra vez a la posición horizontal; al

tiempo que el ascensor descienda, finalmente, también descenderá el cuerpo astral.

El sueño actúa como estimulante de la Voluntad subconsciente. En todos los casos, el sujeto debe recordar el sueño después de despertar. Otra ventaja de este método es que el cable astral no perturba en lo más mínimo la experiencia, como suele acontecer cuando se practican otros métodos.

Si uno logra proyectarse por medio del control onírico y alejarse una distancia lo bastante grande antes de tornarse consciente, no hay ninguna razón para que llegue a conocerse nunca el área de actividad del cable astral. El gran problema consiste en adquirir conciencia, una vez que uno se encuentra proyectado. Recuérdese que la conciencia onírica no es la verdadera conciencia, aunque pueda recordarse el sueño.

EL SUEÑO ADECUADO SIEMPRE PROYECTA AL FANTASMA

Claro está que no es necesario emplear el sueño descripto anteriormente; el lector puede elaborar su propio sueño, cuidando de hacerlo coincidir con la trayectoria real del astral en todos sus aspectos. Quizás se piense que, pese a soñar este tipo de sueños, el ente astral puede permanecer en coincidencia. ¡No hay que engañarse! Aunque el

sujeto carezca de una lúcida conciencia, el cuerpo astral *saldrá* fuera del físico.

En las primeras experiencias que realicé con este sueño, comprobé que muchas veces se producía una repercusión del cuerpo, pero esto sucedía siempre debido a que había soñado que el ascensor descendía demasiado rápido. También descubrí que podía producir la repercusión del astral a voluntad, con solo imaginarme que caía desde un edificio muy alto en el momento de dormir. En esas oportunidades, mantenía firmemente en mi pensamiento esa idea (la de que me caía de un alto edificio) y a poco de haberme dormido, experimentaba la repercusión. Todo lo que tiene que hacer el lector para convencerse de que todos los fenómenos que he mencionado son ciertos, es seguir las instrucciones al pie de la letra y comprobarlo por sí mismo.

Si al sujeto le gusta nadar, lo más conveniente será, por supuesto, que sueñe hallarse en el agua y que ésta lo levanta, llevándolo hacia arriba. A continuación, una vez que las aguas hayan rebasado las orillas, el sujeto nadará hacia afuera. Esto se acomodará a la trayectoria realizada por el espíritu durante la proyección.

Sin duda que muchas personas aducirán que jamás podrán proyectar su cuerpo astral al espacio; que nunca lograrán desvincular un cuerpo del otro; y sin embargo, toda vez que esas personas se disponen a dormir, el ente astral se separa en cierta medida del físico; toda vez que esas personas tienen un sueño en

que se caen, esto significa que el cuerpo astral ha estado proyectado y su regreso al físico está señalado por la caída.

Pero el gran problema, vuelvo a repetirlo, es éste: ¿cómo lograr proyectarse y mantener la conciencia lúcida durante el proceso? Ya he dicho que *la conciencia* es, hasta cierto punto, una cuestión de azar. Por mi parte, he realizado algunos experimentos con éxito en la producción voluntaria de la conciencia; y digo con éxito porque creo que ésta no se hubiera hecho presente sin la intervención del factor específico que en esas ocasiones puse en juego. Algo más adelante examinaremos este problema con inayor detenimiento.

Por ahora, no estarán de más algunas sugestiones sobre el tema que veníamos tratando, es decir, el "control onírico". Claro está que el principal movimiento ejecutado por el astral es el de ascenso, que tiene lugar al "salir" el espíritu; de este modo, aun cuando el desplazamiento lateral no sea tan vivido, el movimiento de ascenso habrá de tenerse nítidamente grabado en el Yo, y, de ser posible, el cuerpo deberá hallarse (en el sueño) acostado de espaldas en posición horizontal al tiempo de subir.

El sueño debe ser ideado con el mismo cuidado con que puede planearse un importante asunto de la vida cotidiana; el mero hecho de que solo se trate de un sueño no disminuye en lo más mínimo su fuerza movilizadora del astral. He aquí unas cuantas sugestiones de sueños que podrían ser puestos en

práctica, algunas de las cuales han sido tomadas del libro *Higher Phychical Development,* del Dr. Carrington.

El sujeto debe representarse un cuadro mental de sí mismo en el espejo, su propia figura. Constrúyase, por así decirlo, o imagínese un espejo situado a unos siete metros detrás de sí en el espacio, y represéntese a sí mismo caminando de espaldas hacia el espejo.

Otro método consiste en esforzarse en levantarse a sí mismo fuera del cuerpo hasta alcanzar una altura sobre la cabeza de unos cuarenta y cinco centímetros; es algo similar a lo que hacía el Barón Munchausen al levantarse a sí mismo tirando de las botas.

Imagínese que de todos los poros del cuerpo se desprenda un espeso vapor. A continuación ese vapor se junta encima del sujeto y forja una réplica de sí mismo, siendo luego transportado hacia arriba por el aire.

Otro buen tema para construir mentalmente es el de trepar una escalera; y otro tanto podría decirse de trepar una cuerda. (El autor ha experimentado muchas proyecciones provocadas por sueños de trepar una escalera).

Otra forma, y muy buena, pues se acomoda exactamente a los movimientos realizados por el fantasma durante la exteriorización, es la consistente en imaginarse un gran tanque llenándose gradualmente de agua, sobre cuya superficie se halla

uno flotando. Lo importante es descubrir un pequeño agujero en uno de los lados del tanque a través del cual pueda salir. Claro está que este ejercicio no es recomendable para aquellas personas que tengan miedo al agua. Pero si al sujeto le gusta, difícilmente podría encontrarse un método mejor, pues en este sueño la trayectoria del yo es correcta y la sensación experimentada, agradable.

Otro método consiste en imaginarse a sí mismo dando vueltas. Los objetos en rotación ocupan un lugar importante en los trabajos proyectivos. Los derviches, al igual que otros muchos orientales, recurren a los ejercicios giratorios con este propósito, cuyo efecto es, sin duda, el de aflojar el cuerpo astral dentro del físico, como así también el de inducir a estados conscientes estáticos. Como se recordará, ya dije antes que el mareo no es sino un estado de flojedad del cuerpo astral. Los epilépticos empiezan a girar por lo común en el momento preciso en que sobreviene un "ataque". Realizando a menudo varias revoluciones completas del cuerpo antes de comenzar la fase cataléptica.

Puede utilizarse la imagen de una estrella en rotación, a fin de estimular la actividad del cuerpo astral. También la concentración en la imagen de un remolino; la sensación de extender y contraer el cuerpo es sumamente útil, al igual que la de ser arrastrado sobre la cresta de una ola.

Un ejercicio muy conveniente es el de imaginarse un *cono.* Esta imagen, en una u otra forma, es sumamente frecuente en los trabajos proyectivos,

porque implica la idea de contraerse hacia un punto o expandirse a partir de un punto; de este modo, es frecuente representarse el pasaje a través de un surtidor de agua o de un espacio con forma de reloj de arena. También puede idearse un cono de círculos de tamaño creciente y decreciente y volver dicho cono del interior al exterior, o bien se puede hacer que un disco giratorio tome la forma de un cono y vuelva luego a achatarse, adquiriendo nuevamente la forma de un disco.

Otra imagen mental sumamente útil consiste en representarse una llama y esforzarse en identificarse con ella a fin de estimular la actividad del cuerpo astral. Si se pudiera ver realmente un ente astral durante la proyección, éste tendría el aspecto de una llama blanquecina con la forma y dimensiones de un ser humano.

Un buen método a este efecto consiste en cerrar los ojos, y hacerlos girar luego hasta fijarlos en un punto situado entre los dos ojos —en forma muy similar a lo que hacen los yoguis— y realizar un esfuerzo concentrado para reunir todas las energías psíquicas en ese punto. El sujeto debe desear entonces con toda la fuerza de su ser estar allí, y cuando haya concentrado su yo íntegramente en dicho punto, entonces deberá *desear* ser proyectado hacia el exterior, por el espacio, desde ese punto de partida. Este método pone a prueba a los ojos, pero ha resultado de una eficiencia incalculable.

He aquí otro eficaz sistema de proyección. El sujeto debe reclinarse hacia atrás en un sillón en forma tal que pueda mirarse directamente en un espejo (un espejo real), situado a poco más de un metro frente a él. El sujeto debe entonces relajar sus músculos y descansar en la paz más completa, pensando solo en sí mismo. A continuación deberá intentar dormirse, observando a través de los ojos entornados su propia imagen reflejada en el espejo.

A poco de iniciado el experimento, el sujeto se sentirá adormilado, comenzando a cabecear; pero de ningún modo debe dejar de contemplar la imagen del espejo. Esta es casi una forma automática de proyectarse, pues así que el cuerpo astral trata de salir, la cabeza tiende a caer. Si el astral se proyecta efectivamente, la cabeza caerá. Como se ve, el estado alcanzado por el sujeto es de suma efectividad, pues no bien el astral se dispone a "salir" del sueño, la cabeza cae, lo cual eleva de inmediato al cuerpo entero.

El sujeto pasa entonces a imaginarse que, abandonando la silla se desplaza flotando por la habitación, y esto en el preciso momento en que la cabeza amenaza caer, cuando el sueño se hace imperioso y el cuerpo astral empieza a discoincidir ligeramente.

Sin duda habrá advertido el lector que en el momento en que una persona cae (se eleva) dormida, el cuerpo físico parece experimentar un ligero choque, y que, en caso de que algún miembro del organismo físico no se halle apoyado sobre un punto sólido, caerá

indefectiblemente, con el efecto de revivir ligeramente al sujeto. Pues bien, este principio puede utilizarse a fin de estimular la aparición de la conciencia durante la etapa en que el astral trata de salir, pues es precisamente la salida del astral lo que ocasiona el relajamiento antes mencionado.

Como el lector habrá observado, este principio fue aplicado en el último ejercicio que dimos. Puede emplearse también cuando uno se dispone a dormir en la posición horizontal. Es muy interesante poner a prueba este artificio, anotando los resultados obtenidos. Después de acostarse, y, mientras el sujeto tiene presente el sueño elaborado, puede levantar un brazo en el aire, de modo que caiga cuando sobrevenga el sueño.

Ahora bien; en el estado hipnagógico, el brazo comenzará a oscilar o caer, lo cual despertará al sujeto ligeramente, pues éste no deberá permitir que caiga. En esta forma se logrará prolongar la conciencia más de lo usual en el estado hipnagógico. No es raro en modo alguno, al experimentar este método, que el sujeto se sienta sin aire en la región del estómago, precisamente en el momento de caer el brazo, cuya caída tratará de evitar dando un pequeño salto.

Este "salto" no es sino una ligera repercusión del cuerpo. Aun los sujetos menos propensos a la proyección pueden experimentar lo que acabamos de describir, es decir, sentir realmente el movimiento del astral mediante el empleo de esta fórmula. Por otra parte, constituye un excelente ejercicio de práctica a

fin de "soñar en verdad", pues para ello es necesario prolongar la conciencia hasta el momento preciso de "elevarse" dormido. Cierto es que mucha gente nunca tiene conciencia de dormirse, en realidad, la mayoría de la gente; pero hasta que el sujeto *no pueda* experimentar la "conciencia de dormirse" nunca logrará soñar con verdad onírica.

La proyección del cuerpo astral mediante el control onírico no es tan difícil de alcanzar como podría creerse. Una vez que el ser etéreo comienza a elevarse, el sueño dirige la trayectoria del "cuerpo onírico" y el movimiento del mismo dirige al sueño. Esto puede resultar un poco difícil de entender, pero, no obstante, es cierto. Todo el secreto consiste en escoger un punto de partida apropiado, en hallarse en un estado espiritual conveniente en el momento de "despegar". No es necesario que el sujeto ponga en marcha al cuerpo, pues éste se moverá por sí mismo en el momento del sueño, pero el sujeto debe dirigirlo dentro de su construcción onírica y mantenerlo siempre avanzando.

El astral sale de coincidencia naturalmente en el instante en que el sujeto se duerme; naturalmente también, se pone en movimiento y es ése precisamente el momento en que el sujeto debe proyectarse mentalmente dentro del ascensor en movimiento ascendente (u otro movimiento equivalente si no es éste el sueño escogido) y "dejarse ir". El "cuerpo onírico" no es ni más ni menos, por supuesto, que el astral en estado parcialmente

consciente. En estas circunstancias el astral reproduce exactamente todo lo que acontece en el sueño.

Es tan cierto que un sueño elaborado logra exteriorizar al astral, como que un sueño de caer conduce a su final interiorización. Lo curioso de este tipo de sueños es que uno sueña exactamente lo que está sucediendo, por lo menos en lo que respecta a la actividad y sensaciones del cuerpo astral. Es natural que el investigador inexperimentado crea que el sueño debe mantenerse fiel al esquema trazado de antemano, para luego apartarse del mismo; pero esto nunca sucede; el sueño regula la actividad del astral paso a paso y, puesto que éste es una realidad, el sueño también será *real.*

Si el sujeto se tornara *completamente* consciente en medio de uno de estos sueños, lo más probable sería que se encontrase en un punto correspondiente al lugar en que la acción se desarrollaba durante el sueño. Es decir que si el sujeto emplea por ejemplo el sueño del ascensor, y se torna consciente precisamente en el momento de erguirse en el último piso, habrá de encontrarse en el cuerpo astral erguido precisamente encima del cuerpo físico. Me tiene sin cuidado que esto pueda o no parecer absurdo; no es nada más que la verdad y en incontables ocasiones he podido comprobarlo. De todos los métodos conocidos para proyectar al astral en el espacio es éste uno de los más agradables y seguros.

RESUMEN DEL METODO MEDIANTE CONTROL ONÍRICO

Haremos a continuación una breve reseña del método de proyección del cuerpo astral mediante el control onírico:

1. Practíquese hasta lograr mantener la conciencia aún en el momento mismo de "elevarse" dormido. La mejor forma de lograrlo es colocar algún miembro del cuerpo físico en posición tal que no tenga apoyo, tendiendo a caer no bien el sujeto se duerma. (Ver el ejercicio incluido en la parte precedente).

2. Elabórese un sueño en que esté bien delineada la actividad del yo. El sueño debe ser del tipo de aviación, comprendiendo movimientos ascendentes y horizontales hacia afuera, los cuales coinciden con la trayectoria del astral durante la exteriorización. Debe tratarse de un sueño que proporcione placer al sujeto.

3. Manténgase bien lúcido el sueño en el pensamiento; visualícelo en el momento de elevarse dormido; proyéctese el yo dentro del mismo y prosígase soñando. En el sueño, el ascensor (o su equivalente) comienza a moverse hacia arriba, coincidiendo su ascenso con la proyección del astral; es decir que el sujeto imagina subir en el preciso instante en que se "eleva" dormido.

He aquí, pues, la fórmula esquemática para la obtención de la proyección del cuerpo astral por medio del control onírico, fórmula esta que debe ser observada en todos sus puntos. No se trata de meras fantasías, sino de un método acabadamente experimentado. Claro está que, a medida que el lector aprenda otros procedimientos, podrá optar por el más adecuado a su temperamento.

El lector comprobará que si antes de acostarse lee algún cuento o artículo de gran interés —un cuento que lo mantenga en suspenso, preferentemente acerca de aviadores osados u hombres que operan a grandes alturas, como por ejemplo los relatos del vuelo de Bird al polo norte— sus probabilidades de proyectarse mediante el control onírico habrán aumentado considerablemente.

La misma noche en que realicé mi primer viaje en avión tuve un sueño al respecto y, al despertarme del mismo, me encontré proyectado. Después de realizar una pequeña encuesta personal entre mis conocidos que habían viajado en avión, descubrí que la mayoría de ellos habían experimentado un sueño del tipo de aviación al poco tiempo de efectuado el primer vuelo; muchos de ellos habían tenido sueños de caída, con las repercusiones consiguientes.

Como se verá, una actividad de contorno bien preciso —desarrollada en el esquema del sueño— efectuada durante el día, aun cuando solo se trate de la lectura de un emocionante relato aéreo, produce resultados positivos por la noche. Si empleando este método el

sujeto tiene un sueño y luego lo recuerda, podrá estar seguro de que el cuerpo astral, el ser onírico, tuvo participación en el mismo. (No se confunda, sin embargo, la "conciencia onírica" con la conciencia *real).* El paso siguiente, probablemente el más difícil de todos, consiste en dotar a ese cuerpo onírico de conciencia *real,* después de su proyección y, si es posible, fuera del radio de acción del cable.

COMO DOTAR DE CONCIENCIA AL CUERPO ONÍRICO

Una proyección parcialmente consciente ya representa un adelanto sobre la proyección inconsciente; en consecuencia una proyección consciente solo constituye una fase ulterior en el proceso: proyección inconsciente —parcialmente consciente— consciente. O bien el fantasma adquiere la conciencia por azar —ignorándose la razón del despertar— o bien deben idearse ciertos medios a fin de provocar el surgimiento de la conciencia.

Hasta donde a mí se me alcanza, solo existen dos influencias capaces de despertar al fantasma proyectado en forma artificial. Son éstas los "sonidos" y la "sugestión aplicada adecuadamente, previa a la proyección". De ambos métodos es sin duda el último, el mis eficaz; el primero (sonidos) solo "resulta" cuando el espíritu ha sobrepasado el límite de actividad del cable; dentro del radio los ruidos tienen el efecto contrario de interiorizar al astral.

Es un hecho comprobado que cuanto más se proyecta uno, más fácil es que aparezca la conciencia a voluntad. También he observado que el lugar en que la conciencia se hace presente una vez, será el lugar probable de una segunda aparición, si el espíritu acierta a cruzar por ese mismo punto durante su sonambulismo astral. Por qué sucede esto es cosa que ignoro. Sin embargo, he aquí una hipótesis:

¿Le ha sucedido alguna vez al lector viajar —digamos a lo largo de una carretera, en automóvil— y ocurrírsele, en cierto lugar, un pensamiento determinado? Y luego, semanas más tarde, viajando por la misma ruta, ¿no le ha ocurrido volver a pensar al pasar por el mismo punto que antes la misma idea que la primera vez? Claro está que sí, puesto que a todos nos ha sucedido; y así que uno lo recuerda parece como si el sitio en cuestión, hubiera sugerido las mismas ideas que uno tenía en el pensamiento al pasar con anterioridad por ese punto, aun cuando aquéllas no guardasen ninguna relación con el mismo.

Yo por ejemplo, cada vez que paso por un recodo del camino a una milla de donde vivo, pienso en un circo. Por qué, no lo sé pero siempre que doy vuelta por ese sitio, se me presenta la imagen de un circo. Pues bien; esto es precisamente lo que ocurre en el astral. Si el sujeto se halla sonambúlico (y puede agregarse que el cuerpo astral tiene el hábito de recorrer las mismas trayectorias, unas y otras veces, si bien en ciertas ocasiones puede desviarse de la ruta conocida) y adquiere súbitamente la conciencia en cierto lugar, no

tardará en comprobar que siempre que vuelva a pasar por ese punto en el astral, volverá a surgir la conciencia como la primera vez.

Existe mucha, mucha gente, que noche a noche sale en estado sonambúlico "fuera" del cuerpo físico. ¡Pero no lo saben! No dudo que el mundo se asombraría considerablemente si supiera hasta qué punto son comunes las proyecciones astrales inconscientes y parcialmente conscientes. Ahora bien; a medida que el cuerpo astral se mueve hacia adelante —si se encuentra en estado onírico— el ambiente circundante a través del cual se desplaza actuará influyendo sobre el sueño.

Esos sueños tan vívidos, en los que parecemos realizar una gran actividad —sueños que hemos soñado un gran número de veces— pueden ser, y lo son por lo general, sueños astrales sonambúlicos. Puede suceder, a veces, que después de un sueño semejante, la ruta recorrida no se haya borrado completamente de la memoria y que, al pasar por los mismo lugares durante la vigilia se reconstruya todo el sueño nuevamente.

¡Pero no es esto todo! A la vez siguiente que tenemos un sueño, sabemos que se trata de un *sueño* y de este modo ¡soñamos que estamos soñando! Esto puede parecer difícil de comprender, pero así es, sin embargo, es la realidad. ¡Extraño fenómeno éste de los sueños!

Pero vayamos un poco más lejos todavía. ¿Qué sueños tiene el lector que se le repitan constantemente y en los cuales realice un papel activo? ¿Sueña alguna vez que está soñando? En este caso, ¿de qué se trata el sueño? ¿Suele encontrar algún sitio durante las horas de vigilia que le induzca a recordar el sueño? En otros términos, ¿dónde se encuentra en el cuerpo físico, cuando siente de pronto que ha estado con anterioridad en un lugar semejante? Todos estos son puntos que el sujeto debe observar.

En caso de que logre armonizar todas esas condiciones, deberá tratar de realizar el sueño en su cuerpo físico y recorrer la ruta con el pensamiento puesto en el sueño y, al así hacerlo, decirse y repetirse a sí mismo que la próxima vez que en un sueño alcance ese punto habrá de despertarse, por ejemplo, en este árbol, en esta puerta, etc.

Puede suceder que el sueño se repita al cabo de poco tiempo, espontáneamente; también puede ser que el sujeto logre producirlo voluntariamente al pensar en sí mismo en el momento de dormirse. Si el sueño fuera realmente un sueño astral sonambúlico, la indicación del deseo de despertarse al llegar a cierto punto dado —en el cuerpo astral— constituiría un fuerte factor hacia la consecución de una completa conciencia astral.

Esta indicación no difiere considerablemente de la que se efectúa al sujeto bajo una influencia hipnótica, para que se "despierte". En estos casos el operador dice:

"Contaré hasta cinco y entonces te despertarás" o bien: "Ahora camina derecho hacia adelante y cuando llegues a esa puerta deberás despertarte". El sueño proporciona a la mente una indicación semejante a las anteriores y de acuerdo con ésta, actúa luego el sonámbulo astral.

Si se ha localizado el lugar (u otro similar) en que el sujeto se hallaba durante el sueño y se vuelve a recorrer el mismo camino en el cuerpo físico, exactamente tal como se lo recuerda en el sueño, y entonces se dice al sujeto que cuando llegue a este árbol, esta puerta (O cualquier otra cosa) en el sueño, habrá de despertarse, esta indicación habrá de cumplirse al pie de la letra cuando el sujeto camine efectivamente hacia la puerta, el árbol, etc., en su cuerpo onírico.

Es éste el método más seguro para dotar al espectro proyectado de conciencia, si bien supone cierto estudio de los propios sueños. Claro está que cuando el sujeto es capaz de producir un sueño, del tipo de aviación y recordarlo, solo bastará con que se indique a sí mismo, precisamente en el momento en que se duerma, la obligación de despertarse en determinado lugar.[1]

Tomemos por ejemplo, el sueño del ascensor. Bastará que el sujeto se diga a sí mismo que debe despertar después de haber llegado hasta el último piso del edificio y haber salido del ascensor, para adquirir la conciencia en ese momento. Es éste un método más simple, pero no tan eficaz como el complicado método

del "estudio onírico" que acabamos de dar más arriba. Habrá que usar siempre de la prudencia al indicar el punto en que uno desea despertarse asegurándose de que no se halle demasiado próximo al cuerpo físico, a fin de no despertar dentro del radio de acción del cable, pues esto debe evitarse en lo posible.

Supongamos por un instante que el sujeto duerma en la planta baja de su casa, o en cualquier otro piso siempre que existan otros pisos encima de aquél. El sujeto ha ideado un sueño de ascensor, en el cual habrá de ser conducido hacia arriba: a continuación, el sujeto se yergue y sale caminando del ascensor, dirigiéndose al piso superior del edificio. Un punto importante en este proceso es conocer la "disposición" que tienen las cosas situadas a lo largo de ese trayecto, es decir, tener una idea exacta de los lugares ocupados por las cosas que se encuentran en el piso inmediato superior, a fin de adaptar el sueño a su posición relativa.

El sujeto deberá elegir determinado objeto situado en el piso superior —una puerta, una ventana— algo que se encuentra en la trayectoria a recorrer en el sueño y, cuando se disponga a dormir y tenga delante de si el esquema del sueño, deberá ordenarse a sí mismo despertar en el momento en que alcance dicho objeto. En esta forma, cuando el individuo se acerque en su cuerpo onírico al mismo, la orden habrá de cumplirse.

La indicación de despertarse al llegar a un lugar determinado en el astral, siempre resultará más eficaz que la simple sugestión de tornarse consciente "en

alguna parte" en el cuerpo astral. La sugestión de "lugar" funciona en el astral del mismo modo que la de "tiempo" en el físico.

Quizás el lector haya ensayado la "sugestión" para remplazar al despertador, indicándose así, al acostarse, la obligación de despertarse a determinada hora, con el resultado de despertarse, efectivamente, a la hora deseada. He ahí la forma en que el "lugar" actúa sobre el cuerpo astral; deséese simplemente despertar en determinado "lugar" en el cuerpo astral, exactamente de la misma forma en que otras veces se ha deseado despertar a cierta "hora" en el cuerpo físico.

Aunque un tipo de sueño adecuado —el tipo de aviación— difícilmente falla en la "extracción" del cuerpo onírico, las personas nerviosas, temperamentales, son tan susceptibles, que muchas veces se proyectan espontáneamente durante el sueño, y en tanto que un temperamento dado puede tener determinado sueño (no necesariamente el del tipo de aviación, sino un sueño cualquiera) en que el cuerpo onírico no se aleja de la zona de reposo, el tipo nervioso podría tener el mismo sueño, con la ulterior salida del cuerpo onírico y la ejecución real del sueño.

En otras palabras, en tanto que el sueño del tipo de aviación "extrae" por lo general el cuerpo onírico con cualquier tipo de sujeto, con aquéllos de carácter nervioso, es posible a veces, que baste un sueño ordinario. ¿En estos casos, no puede decirse nunca de antemano lo que hará el fantasma; pero siempre podrá

comprobarse que su actividad guarda cierta relación con el sueño. Puede suceder que el fantasma salga proyectado al mismísimo lugar con el que sueña el sujeto. Si el sitio es producto de la imaginación en el sueño, puede ocurrir que el espíritu encuentre un sitio semejante al creado por la mente.

Es posible que el fantasma se detenga frente a objetos similares a los vistos en el sueño. Como ejemplo de ello, bastará recordar el sueño que yo relaté en que me hallaba luchando contra los indios y en que, al adquirir una plena conciencia en el cuerpo onírico, comprobé que me hallaba parado cerca del sitio en que guardaba mi revólver (exp. Nº 11). Puede suceder que mientras el sujeto sueña con un lago e incluso con el océano distante a cientos de millas, el cuerpo onírico se proyecte, para participar del sueño, hasta el océano, o que tan solo se límite a cruzar la calle, deteniéndose en el charco que hay en la manzana de enfrente a aquella en que duerme.

1: Un amigo mío a quien di esta, instrucciones, tuvo un éxito completo en la producción del sueño adecuado, pero cuando llegó el momento de dar la orden de despertarse, empezó a soñar que estaba soñando que no podía despertarse. — S. M.

CAPITULO IX

LOS FACTORES QUE ESTIMULAN LA VOLUNTAD SUBCONSCIENTE

Hemos hablado de ciertos individuos que se proyectan espontáneamente y hemos dicho que existe un tipo especial, el nervioso, a quien estas experiencias le suceden con frecuencia. Pero no debe creerse que ello se debe solamente a la adaptabilidad de su temperamento. Antes que nada es necesario que la Voluntad subconsciente decida mover al cuerpo, pues de otro modo, ni aún el sujeto de temperamento nervioso podría proyectarse.

Recuérdese la ley fundamental de la proyección astral: cuando la voluntad subconsciente decide hacer mover al cuerpo (cuerpos en coincidencia) y el cuerpo físico se halla incapacitado, la voluntad subconsciente proyecta al cuerpo astral fuera del físico.

Claro está que no tiene nada de maravilloso hacer que la Voluntad subconsciente mueva a los dos cuerpos en coincidencia cuando nos hallamos dotados de plena conciencia y capacitados para movernos. Es esto algo que hacemos todos y a diario. Todo lo que necesitamos hacer es indicarnos a nosotros mismos el deseo de caminar para que la Voluntad subconsciente nos tenga caminando hasta recibir nuevas instrucciones. De modo que, después de todo, la

Voluntad subconsciente no es tan misteriosa; lejos de ello, hacemos de ella un uso diario.

¿Cómo podemos inducir a esta Voluntad Subconsciente a mover el cuerpo astral cuando estamos dormidos? Este es el punto clave y enseguida mostraré cómo puede hacerse. Pero antes que nada, hagamos un pequeño razonamiento. Si se logran descubrir los factores que estimulan a la voluntad subconsciente, impulsándola a la acción involuntariamente, ¿no podrá conseguirse que estos mismos factores actúen voluntariamente para producir el mismo efecto? ¡Claro que sí!

M. Flammarion dijo una vez: "En todos los problemas científicos existen dos métodos de investigación: el de la observación y el del experimento"; y es ésa precisamente la forma en que el autor de este libro adquirió todos sus conocimientos acerca de la proyección astral. Por medio de una cuidadosa observación, del análisis y la experimentación escrupulosa llevados a cabo durante las proyecciones conscientes involuntarias, logré determinar cuáles son los factores que estimulan a la Voluntad subconsciente. En primer término he de enumerar estos factores; a continuación, los explicaré y, finalmente, mostraré, la forma de ponerlos en práctica, a fin de producir la proyección del cuerpo astral:

A. Sueños.

1. Tipo de aviación.

2. Sueños que estimulan el deseo y d hábito.

B. Deseo. (de poseer o hacer algo; excluyendo las necesidades).

1. Deseo intenso.
2. Deseo reprimido.

C. Deseos corporales: necesidades.

1. Hambre.
2. Sed.
3. Enervación. (falta de energía cósmica).

D. Hábito.

1. Hábito de antigua data.
2. Rutina.
3. Hábito — Deseo.
4. Hábito interrumpido.

Algunos de los factores incluidos en la lista no son tan fuertes como otros, según aprenderá el lector muy pronto. Ya hemos examinado el primer grupo de agentes, es decir, los "sueños"; vimos entonces que éstos activan a la Voluntad subconsciente y aprendimos también la forma de utilizar estos "sueños"

para ocasionar la proyección. Ahora pasaremos a analizar los grupos B, C, D.

La Voluntad subconsciente no constituye todo el reino de la mente subconsciente; este último es tan vasto que puede siempre actuar dentro de sí mismo, por así decirlo. La mente subconsciente puede "indicar" una acción determinada a la Voluntad subconsciente — como por ejemplo durante el sueño— si acierta a actuar uno de los factores antes mencionados, o si adquiere la fuerza suficiente para mantenerse en la superficie de la mente subconsciente durante el sueño. Es decir, que la indicación para que la Voluntad subconsciente mueva al cuerpo *X* procede, cuando estamos dormidos, de la mente subconsciente, exactamente del mismo modo en que la indicación de mover al cuerpo cuando estamos despiertos, procede de la mente consciente.

Es la misma "Voluntad" la que mueve al cuerpo, no importa cuál sea la fuente de donde proviene la orden. La única razón para que el astral salga del cuerpo físico en el primer caso (mientras dormimos) y no en el segundo (cuando estamos despiertos) es que el organismo físico se halla "incapacitado" en el primero de los estados. En lo que a la indicación respecta, la Voluntad subconsciente responde con la misma prontitud, ya se trate de una orden subconsciente o consciente.

Puede verse fácilmente, entonces, que el requisito primordial consiste en grabar con tanta fuerza estos factores "activantes" sobre la mente subconsciente,

que ésta conserve la impresión durante el sueño. Esto puede lograrse por medio de la mente consciente, de acciones repetidas (como en la "rutina") o de la sugestión (como en el "deseo") o, en algunos casos, por medio de la combinación de la acción con la sugestión al mismo tiempo.

Cuando logramos imprimir uno de estos factores "activantes" sobre la mente subconsciente, suele producirse una proyección involuntaria, mientras el sujeto duerme. He aquí la explicación:

Quizás el sujeto se haya formado el hábito de acudir a cierto lugar. Entonces, si persiste en este hábito, terminará por grabarlo en la mente subconsciente. Ahora bien; si esta impresión llega a ser lo bastante fuerte y asciende hasta la superficie durante el sueño, la mente subconsciente sugerirá que el sujeto repita la acción y la Voluntad subconsciente será puesta en marcha con esta indicación. Si los demás factores se presentan favorables —temperamento, inactividad del cuerpo físico, etc.—, el resultado final será la proyección del cuerpo etéreo.

Los estudiosos afirman que existe la proyección "espontánea" del cuerpo astral; pero no obstante, siempre existe, detrás de toda proyección, por espontánea que ella pueda parecer, una causa subyacente. La razón de que se llamen "espontáneas" estriba tan solo en que las causas que intervienen en el fenómeno son desconocidas.

Los hábitos y deseos ordinarios, aunque a veces logran producir la proyección en el caso de un temperamento adecuado, no impresionan por lo general, a la mente subconsciente con la fuerza necesaria.

Un deseo intenso, como así también un hábito de antigua data, provocan impresiones mucho más fuertes sobre la mente subconsciente, por lo cual debe considerárselos factores altamente positivos. En realidad, tanto el hábito adquirido largo tiempo atrás como el deseo intenso tienen su raíz en la mente subconsciente.

El deseo reprimido y el hábito interrumpido actúan en forma semejante. Después de cierto tiempo de haber hundido sus raíces un hábito en la mente subconsciente, esa mente aprende a expresar al hábito, y por ello mismo decimos que *es* un hábito; parece existir el deseo de expresar ese hábito, la determinación de expresarlo. Esta es la razón por la cual es tan difícil abandonar un hábito.

Ahora bien; si el sujeto posee un hábito profundamente arraigado y lo interrumpe repentinamente, la *tendencia* hacia su expresión se intensifica considerablemente en la mente subconsciente. El sujeto puede experimentar esta *tendencia* dentro de sí mismo. De modo que durante el sueño esta *tendencia,* este deseo de expresar el hábito, esta determinación hacia su expresión —que se ha acumulado en el subconsciente— "rompe las

cadenas" y la Voluntad subconsciente se esfuerza por mover al cuerpo a fin de ejecutar el acto habitual.

El deseo reprimido actúa en forma similar. En este caso, el sujeto posee un deseo profundamente arraigado y, a menos que pueda aplacarlo, debe retraerse del mismo por medio de un esfuerzo consciente. Pero en su interior, el individuo persiste deseando, deseando, deseando. Tanto que, de no ser por cierto obstáculo insuperable, no se demoraría un instante en satisfacerlo.

De este modo, al desear e impedirse al mismo tiempo la satisfacción de ese deseo, el sujeto no hace sino aumentar la "tendencia" en el interior de la mente subconsciente. Puede experimentar entonces en su interior un bullente impulso a expresarse. El individuo está en guerra consigo mismo. La "tendencia" hacia la expresión se torna tan grande dentro de la mente subconsciente que termina por estallar durante el sueño, cuando ya la conciencia no puede obrar para detenerla. En esta forma, la Voluntad subconsciente entra en acción.

Como se comprende, el abandono de un hábito de larga data o la represión de un deseo actúan en forma semejante y constituyen factores más fuertes que el mero hábito o deseo. El secreto todo para conseguir que la mente subconsciente "ordene" a la Voluntad subconsciente, radica en la "tendencia hacia la expresión que puede acumularse en la mente subconsciente.

Algunos investigadores de lo oculto creen que es la Voluntad subconsciente quien se fortalece, que es la Voluntad subconsciente la que estalla de súbito. Esto no es exacto. La Voluntad subconsciente es siempre omnipotente. Es la "tendencia hacia la expresión" la que se fortalece terminando por estallar, y *no* la Voluntad subconsciente. Recuérdese que la "mente" subconsciente y la "voluntad" subconsciente, son dos cosas distintas. Nadie podría lograr nunca fortalecer a la Voluntad subconsciente, haciendo que estallara durante la noche.

Lo que el sujeto realiza es una intensificación de la "impresión" grabada en la mente subconsciente, es decir, de la "tendencia hacia la expresión", lo cual actúa luego como una simple *indicación* para que la Voluntad subconsciente la ponga en ejecución. El sujeto graba esa impresión —hábito, rutina, deseo, etc.—, con tanta fuerza sobre la mente subconsciente, que termina por ascender hasta la superficie, permaneciendo en ella durante el sueño, de modo que actúa entonces como una indicación —que no es otra cosa en realidad— *para* que la Voluntad subconsciente entre en acción.

El deseo reprimido, el hábito interrumpido y la rutina son los tres factores principales que producen "tendencia" sobre la mente, determinando las proyecciones involuntarias, siempre que, por supuesto, los demás factores se presenten favorables. La *rutina* es una forma regular de actuar, repetida día a día, y ya se trate de trabajo o de placeres, etc.

Si se pudiese observar a un proyector inconsciente durante el curso de una proyección, podría comprobarse a menudo que el fantasma sigue la misma rutina que el sujeto está acostumbrado a seguir durante la vigilia. La mente subconsciente guarda esa acción tan profundamente arraigada en sí misma que, como resultado, el espíritu la repite paso a paso. La rutina y el hábito se hallan más o menos entremezclados. Y existe otra razón aun para que aquellas personas que se hallan postradas en cama por una enfermedad se proyecten con frecuencia.

Todas las personas siguen alguna rutina y ésta se arraigó a través de la repetición en la mente subconsciente. Ya sea que uno se dé cuenta de ello o no, siempre existirá ahí una "tendencia" en la mente arraigada en sí misma que, como resultado, el espíritu la repite, que nos dominan. Todos hemos oído el caso de personas que necesitan trabajar", pues —afirman— se tornan altamente irritables si se ven forzados a la inactividad. En este caso se hace patente la "tendencia" de la rutina.

En tanto que el sujeto continúe realizando su actividad cotidiana, pospondrá la "tendencia" y, por consiguiente, no habrá de advertirla. Pero si súbitamente, por cualquier motivo, se ve forzado a quebrarla, entonces experimentará sus demandas dentro de sí mismo. Los agricultores por ejemplo, parecen poseer esta tendencia hacia la rutina fuertemente arraigada en sus mentes subconscientes. Con frecuencia, tratan de abandonar el campo,

radicándose en la ciudad, pero no tardan en regresar a sus tierras nuevamente. No hacen con eso sino cumplir con las exigencias de ese impulso interior.

Ahora bien; cuando una persona se ve súbitamente forzada a quebrar su rutina —por ejemplo, debido a una enfermedad— la "tendencia" comienza a acumularse en la mente subconsciente, pues no encuentra salida; es exactamente lo mismo que ocurre con la acumulación de gas en una botella que, de no ser destapada periódicamente para permitir el escape del gas, termina por estallar. Esta "tendencia" puede tornarse tan fuerte que se establezca permanentemente en la superficie del subconsciente o bien que aflore a la superficie mientras el paciente duerme; en estos casos, la Voluntad subconsciente comenzará a ser estimulada, tratando de mover al cuerpo astral y sacarlo del físico para realizar la rutina en cuestión.

Pues bien; quizás parezca extraño que si nos apegamos tenazmente a determinada rutina esto fortalezca su "tendencia" y que también el quebrarla intensifique esa misma tendencia; pero a poco que nos detengamos a reflexionar observaremos que no hay en ello ninguna contradicción. Y digamos de paso que esto coincide, en parte, con las comprobaciones del doctor Charles Lancelin, reputado investigador francés, cuyo método para producir la proyección astral consiste precisamente en la "rutina tenaz".

A continuación, haré una breve reseña de lo que expresa este autor al respecto, reservándome el

derecho, al mismo tiempo, de disentir con el doctor Lancelin cuando éste afirma que el éxito del experimento depende del poder que posea la Voluntad subconsciente; en efecto, tengo el convencimiento de que es la fuerza de la "tendencia hacia la expresión" de la mente subconsciente la que ordena a la Voluntad subconsciente que debe dar salida a esa "tendencia" y no la propia Voluntad subconsciente. Sin embargo, los dos estamos de acuerdo en que la "rutina tenaz" trae como consecuencia este resultado.

"Lo primero que debe hacerse para asegurar el éxito de nuestra proyección astral", de acuerdo con Lancelin, "es dinamizar la Voluntad, hiperdinamizarla, en realidad, de modo tal que se encuentre sobresaturada y pronta a estallar como el champagne cuando se saca el corcho. Existen diversos métodos para lograrlo. Uno de ellos —el más simple— consiste en repetirse a sí mismo muchas veces antes de quedarse dormido: 'Poseo voluntad, poseo energía'. Así debe continuarse hasta que sobrevenga el sueño y se pierda la memoria. Entonces uno puede pensar en el trabajo del día siguiente, con claridad y al detalle, y formarse la resolución de no desviarse ni un milímetro del mismo, aún cuando la presión exterior o la tentación sean muy fuertes. Esto le proporcionará a la Voluntad subconsciente una fuerza que nada podría igualar. La Voluntad subconsciente así fortalecida", etc., etc.

Como se desprende de las frases citadas, el doctor Lancelin sostiene que la "rutina tenaz" constituye un

factor positivo —al igual que el autor de este libro— aún cuando no coincide conmigo en la *razón* por la cual está "rutina tenaz" favorece realmente a la proyección.

Como es natural, creo que es el doctor Lancelin quien está equivocado. Si sometemos el asunto a un cuidadoso examen encontraremos que es la impresión realizada por la rutina la que se ha fortalecido; es el arraigo del hábito el que crece en forma tal que terminar por hacer eclosión hacia el exterior, pareciendo indicar, de este modo, que es la Voluntad subconsciente la que realiza la acción.

Supongamos que la Voluntad subconsciente sea una locomotora y la tendencia su maquinista. Ahora bien; a fin de que la locomotora se mueva es necesario que el maquinista la *haga* moverse; como es lógico, la locomotora no habrá de moverse por sí misma. Cualquiera de los factores antes enumerados bastan para provocar, al ascender a la superficie durante el sueño, la acción de la Voluntad subconsciente. Y la Voluntad subconsciente solo puede obedecer esta indicación.

Si fuera cierto que ésta se halla tan dinamizada que no puede mantenerse retraída, el sujeto habría de vérselas en figurillas durante la vigilia, pues sus indicaciones no servirían entonces para nada. Recuérdese siempre esto: es la indicación la que hace eclosión proyectándose al exterior y no la voluntad subconsciente. Y esta indicación puede proceder por igual de la mente consciente o subconsciente.

Si la Voluntad subconsciente pudiese operar sin haber recibido primero una indicación, ¿cómo podría controlar el proyector astral sus movimientos?, ¿cómo podríamos controlar nuestras acciones mientras nos hallamos conscientes? El hecho de que la Voluntad subconsciente mueva el cuerpo no indica en modo alguno que lo haga por hallarse hiperdinamizada.

No hace más falta dinamizar a la Voluntad subconsciente a fin de que mueva al cuerpo astral que dinamizaría para que mueva al cuerpo físico. Es la "indicación" la que obra en esta forma y no la energía dinámica acumulada. Cuando nos hallamos dotados de conciencia y deseamos movernos, no nos detenemos a dinamizar la voluntad, todo lo que necesitamos es indicarnos este movimiento a nosotros mismos y enseguida nos desplazamos bajo el mandato de la Voluntad subconsciente.

Si fuera necesario que la Voluntad subconsciente estuviera hiperdinamizada para poder mover al cuerpo astral, entonces, ¿en qué forma podría mover aquélla al cuerpo físico? Algunos investigadores han estimado el peso aproximado del cuerpo astral en unas dos onzas. Supongamos que el cuerpo físico de un sujeto pese ciento sesenta libras. En ese caso el físico pesaría unas mil doscientas veces más que el astral. Sin embargo, nada nos impide mover al cuerpo físico con una mera indicación; y es también esta simple "indicación" la que hace que la voluntad subconsciente mueva al astral durante el sueño, aún cuando aquélla emane de una creación onírica.

Si hay algo que debe ser reforzado es solamente la Voluntad consciente, de modo que nos apeguemos firmemente a nuestra rutina y esta impresión quede bien grabada sobre la mente subconsciente. No obstante, no es necesario el poder de la Voluntad consciente pues podemos lograr que el cuerpo astral se proyecte por la simple acción de un sueño adecuado.

Todo cuanto hacemos se halla impreso en la mente subconsciente y estas impresiones están dándonos constantemente "indicaciones"; o por lo menos, somos capaces de recordar estas impresiones (a menos que padezcamos de amnesia). Ahora bien; cuando un acto o un pensamiento es repetido una y otra vez, se graba con más fuerza, como es natural, en la mente subconsciente, y como es natural también, "se indicará" con mayor facilidad.

Cuando hacemos empleo de nuestra fuerza de Voluntad consciente, aferrándose tenazmente a una rutina dada, o cuando nos gusta (deseamos) tanto la rutina que nos apegamos a ella, ésta se graba tan fuertemente en la mente subconsciente que allí se queda, en la superficie, o bien emerge hacia ella cuando dormimos (se indica a si misma) y entonces la voluntad subconsciente es impulsada a mover el cuerpo. Es este, pues, el principal requisito involucrado, es decir, que la indicación se convierta progresivamente en acción. La Voluntad subconsciente obedece la indicación en forma

bastante semejante a aquella en que el sujeto hipnotizado obedece las órdenes del operador.

COMO DESCUBRI QUE EL "DESEO" CONSTITUYE UN FACTOR ACTIVANTE

Pasemos ahora a examinar aquellos deseos que constituyen necesidades corporales. Antes que nada, explicaré la forma en que descubrí el hecho de que el deseo "indica" u ordena directamente a la Voluntad subconsciente durante el sueño.

Una noche calurosa de verano me fui a acostar y mientras yacía en la cama, descubrí que empezaba a sentir sed —deseaba beber un vaso de agua— pero en lugar de levantarme y apaciguar el deseo, no me moví de la cama —a decir verdad, solo por pura pereza— debido quizás a hallarme algo adormilado.

De este modo, en lugar de ser saciado el deseo se vio así reprimido. Varias veces estuve a punto de levantarme a buscar el vaso de agua, pero ninguna de ellas llegué a hacerlo. Finalmente, caí dormido. Cuando recobré nuevamente la conciencia, me hallaba proyectado en el astral. Fue esto el resultado de un sueño, nada más que un sueño insignificante. Había soñado que me hallaba parado junto a la canilla de la pileta de la cocina y que no podía abrirla, para mi contrariedad, pues deseaba tomar un vaso de agua.

Me torné entonces plenamente consciente; mis manos (astrales) se hallaban sobre el grifo, pero naturalmente

no podían hacerlo girar.[1] Entre el sueño y lo que ocurría en realidad existía, sin embargo, una diferencia: en el sueño yo creía que el grifo estaba cerrado con tanta fuerza que no podía hacerlo girar, pero al adquirir una conciencia lúcida comprendí que la imposibilidad de abrirlo se debía a que mis manos no efectuaban contacto alguno con la canilla material.

Entonces se me ocurrió de pronto la idea de que el *deseo* había desempeñado un importante papel en esta proyección; de este modo, volví a experimentar con posterioridad sobre este mismo terreno y comprobé que así era en efecto. No debe interpretarse que un deseo reprimido ya no es un deseo, pues la represión tiene lugar simplemente por acción de la mente consciente, permaneciendo el deseo real en el subconsciente. Un deseo reprimido es, en realidad, un deseo intensificado en la mente subconsciente, lo cual determina que ascienda a la superficie y actúe como *indicación* durante el sueño.

En el caso del deseo ordinario, podrían pasar varios días, meses incluso, antes de que la impresión se hiciese lo bastante fuerte para manifestarse en el sueño; pero en el caso de un deseo que representa una necesidad, como la sed por ejemplo, puede bastar incluso el transcurso de una sola hora para que se grabe profundamente en la subconsciencia.

El lector sabe esto por experiencia, sin necesidad de leer mis afirmaciones; y si no, en la primera oportunidad en que experimente sed, trate de reprimir el deseo y entonces verá cómo se acumula éste en su

interior hasta que su peso termina por hacerse insoportable. Se observara entonces cuán imperioso es el deseo de beber. Es precisamente esta cualidad lo que hace que se manifieste durante el sueño, ordenando en forma inapelable su satisfacción, de modo que la Voluntad subconsciente se ve obligada a mover el cuerpo, pues al no hallarse consciente el sujeto, ya no puede evitarlo.

De modo que si el cuerpo físico del sujeto se halla "incapacitado" (en un estado tal en que no pueda responder instantáneamente al ponerse en marcha la Voluntad subconsciente), el cuerpo astral habrá de abandonar al físico. La sed entraña la tendencia más fuerte y de producción más rápida que puede emplearse en la práctica de este fenómeno.

En segundo término, detrás de la sed, viene el *hambre,* el deseo de alimentos. Al ayuno ejerce una doble influencia positiva sobre la proyección astral. Sin duda el lector debe recordar la primera razón; la vimos al estudiar la energía; en esta oportunidad aprendimos que, durante el ayuno, se suprime una fuente secundaria de la energía y en consecuencia el astral debe proyectarse a mayor distancia durante el sueño a fin de "reabastecerse" lo antes posible de energía cósmica.

La segunda razón que hace de la falta de alimentos un factor positivo en la proyección del cuerpo astral es que el deseo de alimentos se halla presente, de ordinario, especialmente en las primeras etapas del ayuno, y este deseo, al ser reprimido por la mente

consciente, se intensifica dentro de la mente subconsciente; la tendencia llega a hacerse tan fuerte que pronto asciende a la superficie, manifestándose como una indicación u orden, mientras el sujeto duerme. La Voluntad subconsciente es entonces dominada por la indicación, exactamente en la misma forma que en el caso de la sed. Fácilmente puede verse entonces la ventaja del ayuno, cuando se trata de obtener la proyección astral. Más adelante proporcionaré ciertas instrucciones específicas a fin de investigar las diferentes "tendencias" en forma voluntaria.

1: A mi juicio, es éste uno de los muchos indicios vehementes de que una proyección astral no puede ser nada más que un sueño. En efecto, si así fuera, hubiera sido la cosa más fácil del mundo para el sujeto abrir la canilla y satisfacer su ansiedad de agua. Sin embargo, Muldoon ha insistido continuamente en la imposibilidad de hacerlo durante las proyecciones, es decir, de actuar sobre la materia, tal como fácilmente podría hacerse en un sueño. — H. C.

LA ACTIVIDAD DEL FANTASMA INCONSCIENTE ES REGIDA POR LA “TENDENCIA”

Si la indicación de la "rutina" aflora a la superficie de la mente subconsciente mientras estamos dormidos y nos proyectamos entonces en el astral, el fantasma habrá de seguir todos los pasos de la rutina, a menos que nos tornemos conscientes y dirijamos sus movimientos.

Si la indicación de cierto hábito profundamente arraigado asciende a la superficie de la mente

subconsciente, mientras dormimos y entonces nos proyectamos en el astral, el fantasma reproducirá todas las fases del hábito, a menos que nos tornemos conscientes y dirijamos nuestros movimientos.

Si un sueño (indicación) de ascenso por el espacio aflora a la superficie de la mente subconsciente mientras dormimos, y no nos hallamos dotados de conciencia bastante para gobernar nuestros movimientos, el fantasma habrá de ejecutar el sueño paso por paso.

Si aparece en la superficie de la mente subconsciente la indicación de un intenso deseo, mientras dormimos, y nos proyectamos entonces en el cuerpo astral, pero sin adquirir conciencia de nuestros actos, el espíritu solo obedecerá a aquel impulso, tratando de aplacar el deseo.

El astral obedece la orden imperiosa que recibe de la mente —cualquiera de las dos mentes— durante la proyección. Si bien he hecho una enumeración de los factores que, habiendo impresionado la mente subconsciente, ascienden a la superficie durante el sueño para manifestarse como otras tantas órdenes a la Voluntad subconsciente, no todos actúan en la misma forma y, como no tardaremos en ver, los tres grupos (sueños, hábitos y deseos), se hallan más o menos relacionados.

Podemos poseer el hábito, por ejemplo, de hacer determinado acto; también podemos desear hacerlo, y podernos por fin, soñar que lo hacemos. Pronto

podemos llegar así a un círculo vicioso. Un deseo puede motivar un hábito. Un hábito puede motivar un deseo. Un deseo puede motivar un sueño. Un sueño puede motivar un deseo, etc.

La indicación que pugna por "hacer eclosión" durante el sueño debe ser tal que implique movimiento de cuerpo, del Yo, y ya sea que provenga de un hábito, de un sueño o de un deseo o de una combinación de cualquiera de estos tres factores.

Si el *hábito* que "hace eclosión" es de tal tipo que involucra un movimiento del Yo, la indicación tenderá en ese sentido. Si el *deseo* que "hace eclosión" es tal que requiere movimiento del yo a fin de aplacarlo, la indicación tenderá en ese sentido.

A poco que se reflexione se comprenderá que cuanto mayor sea el número de factores implicados en la formación de una impresión, tanto más fuerte habrá de ser la indicación en ella originada. El "matiz" de la impresión determina la forma en que actúa la Voluntad subconsciente. Puede suceder que responda con determinación, con entusiasmo, activa o débilmente, etc.; esto depende del matiz predominante en la indicación y de la medida en que el cuerpo físico se halle "incapacitado", como así también de la cantidad de energía acumulada en el condensador, etc.

Volvamos nuevamente al ejemplo de la locomotora (Voluntad subconsciente), y su maquinista (indicación). La máquina obedece a las maniobras del maquinista y del mismo modo la Voluntad subconsciente obedece

cualquier indicación de la mente subconsciente. El espíritu, durante la proyección, puede hallarse consciente, parcialmente consciente, o inconsciente. Si el fantasma se halla proyectado inconscientemente, realizará el acto habitual o tratará de aplacar su deseo (o lo que quiera que fuere) sin que el sujeto llegue a saberlo.

Si surge una completa conciencia en el interior del fantasma proyectado, lo más probable es que éste responda a las indicaciones conscientes que reciba. Si se trata, en cambio, de una proyección parcialmente consciente, el fantasma ejecutará la acción (de acuerdo con la indicación recibida), mientras el sujeto sueña, y este sueño será más o menos igual a la acción ejecutada.

La indicación procedente del hambre o la sed, si éstas son intensas durante el sueño no solo impulsa a la Voluntad subconsciente a "levantarse" y aplacar el deseo, sino que también origina el soñar del espíritu; de este modo se plantea una doble fuerza positiva: deseo y sueño. Ya los antiguos hebreos observaron la forma en que el hambre y la sed afloraban a la superficie de la mente durante el sueño. También observaron que en la construcción onírica el deseo era aplacado.

Leemos, en efecto, en Isaías XXIV, 8: "Será como cuando un hambriento sueña y cree comer; pero luego despierta y su alma está vacía; o cuando sueña un hombre acosado por la sed, y sueña que bebe; pero después despierta y comprueba que se halla tan débil

como al dormirse." El Barón Trenck que pasó un hambre intensa durante su encierro en un calabozo, tuvo muchos sueños en los que asistía a banquetes sibaríticos.

No se crea por un solo momento, sin embargo, que siempre que se sueña se proyecta el cuerpo astral, o que siempre que uno se proyecta el cuerpo astral sueña. Puede suceder que un fuerte deseo aflore a la superficie de la mente subconsciente y cause, no obstante, un sueño no proyectivo, pues aunque el deseo tienda a "extraer" al astral por intermedio de la Voluntad subconsciente, pueden existir otros factores contrarios a la proyección. Sin embargo, la mente consciente solo puede hallarse funcionando en forma parcial, pues de otro modo el sujeto no estaría soñando. En el caso inverso, podría suceder que un fuerte deseo aflorase a la superficie durante el sueño, proyectase el espíritu, y el sujeto no soñase con él.

Noche a noche ascienden hasta la superficie de la mente subconsciente fuertes deseos y hábitos, pero si la mente consciente no se halla en funcionamiento, ni siquiera parcial, entonces no puede originarse sueño alguno, si bien podría producirse una proyección que es, de hecho, lo más frecuente en estos casos. En otras palabras, durante una proyección inconsciente el fantasma se halla realmente dormido, no obstante lo cual, por extraño que parezca, el fantasma puede caminar o desplazarse en otra forma por el espacio. Como el lector recordará ya nos hemos referido antes a este estado; en aquella oportunidad lo designamos

con el nombre de "proyección amóvil" y de "sonambulismo astral".

EL DESEO SEXUAL ES UN FACTOR NEGATIVO[2]

Conociendo la medida en que el deseo sexual se torna activo durante el sueño, podría pensarse que constituye un fuerte factor activante y de suma utilidad para la proyección del astral; sin embargo, aquél representa una "tendencia" que obra contra sí misma, por lo menos en lo referente al cuerpo astral; en efecto, un deseo demasiado intenso tiende a tornarse emocional; esto determina que la sangre comience a circular con mayor rapidez en el cuerpo físico y entonces "la incapacidad" del cuerpo físico deja de ser tal; como consecuencia natural, el cuerpo astral no podrá proyectarse, lejos de ello, será arrastrado al más estrecho contacto con el cuerpo físico.

Además, un deseo de este tipo entrañaría una profunda inquietud del cuerpo tísico. La mente subconsciente no concibe su satisfacción como no sea mediante el cuerpo físico, pues a ello ha estado habituada, como así también a la posición reclinada que el cuerpo suele ocupar en esas ocasiones; de moda que la indicación, en este caso, al aflorar a la superficie de la mente subconsciente flor la noche, acabaría por dirigir al cuerpo astral hacia *adentro* del cuerpo físico y no hacia afuera.

2: Nos referimos aquí exclusivamente al deseo copulativo. Más adelante consideraremos el problema de la afinidad anímica. S. M.

ES MAS FACIL LA PROYECCION DEL FANTASMA HACIA UN LUGAR FAMILIAR

Otro poderoso factor (hábito interrumpido) que tiene un efecto activante sumamente fuerte sobre la Voluntad subconsciente, es el de dormir en un lugar extraño, esto es, un lugar donde no se tenga costumbre de dormir. Probablemente el lector no tenga idea de la fuerte tendencia que posee la mente subconsciente a llevar el cuerpo nuevamente al lugar en que tiene costumbre de dormir.

PROYECCION DE UN LUGAR EXTRAÑO A OTRO FAMILIAR

Cuando tenía dieciséis años, fui un día a visitar a mi tía que vivía en un pueblo cercano, a catorce millas de distancia. Esa noche la pasé en casa de mi tía pero antes de dormirme me sentí muy inquieto, pues hubiera deseado hallarme en mi casa y dormir en la habitación y en la cama donde siempre lo hacía.

Finalmente el sueño me venció y enseguida comencé a soñar que me hallaba volando provisto de un par de alas, en mi propia habitación, precisamente encima de la cama donde hubiera querido dormir. Entonces me torné consciente en el astral, encontrándome revoloteando en posición horizontal sobre la cama donde siempre había dormido, en mi propia casa.

He aquí una experiencia en que, al despertarme, creí hallarme muerto. En aquella oportunidad, como es

lógico, no vi mi cuerpo físico acostado sobre la cama según era costumbre siempre que me proyectaba en forma consciente dentro de esa habitación. Lo primero que se me ocurrió al descubrir la ausencia de mi cuerpo físico, fue que yo había muerto y me había visto privado de conciencia cierto tiempo, durante el cual debía haber sido enterrado mi cuerpo físico.

"¿Dónde está mi cuerpo?", me pregunté asombrado: ¡Quiero encontrarlo!", pero no bien pensé en encontrar mi cuerpo físico., me vi instantáneamente transportado de regreso a la habitación en que había pasado la noche en casa de mi tía. Puede verse mediante este ejemplo la lentitud con que funciona la mente consciente, si se la compara con la subconsciente. Antes de que tuviera tiempo para recordar (consciente) que había estado durmiendo en la casa de mi tía, ya me hallaba de regreso en mi cuerpo físico.

Como se verá, en este ejemplo se hallaban presentes los tres factores: hábito, deseo y sueño. Además, yo deseaba hallarme en cierto *lugar* y a fin de aplacar ese deseo, el cuerpo astral me trasladó hacía ese lugar.

En cualquier clase de proyección, siempre le resulta más fácil al cuerpo astral "proyectarse" hacia un lugar familiar que a otro extraño; en realidad, es sumamente frecuente hallar al cuerpo astral, cuando se encuentra exteriorizado e inconsciente, vagando por los ambientes familiares al sujeto o realizando las actividades que aquél tenía costumbre de ejecutar.

Y esto no solo se aplica a los espíritus transitorios, proyectados, sino también a aquellos separados en forma permanente del cuerpo (fantasmas de los muertos).

LOS FANTASMAS DE LOS MUERTOS SE HALLAN DOMINADOS FRECUENTEMENTE POR LA “TENDENCIA” DEL HÁBITO

Es ésta una de las razones que explican el hecho de que existan tantas casas y parajes poblados de fantasmas. Los espíritus de los muertos pueden presentar un "deseo" o un hábito tan fuertemente grabado en su ser íntimo que solo aciertan a continuar punto por punto los mismos hábitos y actos que cuando se hallaban unidos al cuerpo físico, aun mucho tiempo después de haberse tornado conscientes; y esto se debe a que allí está la "tendencia" y no tienen más remedio que obedecerla. Es esta misma tendencia del deseo o del hábito, o de ambos a la vez, la que gobierna al espíritu cuando duerme; Sabiendo esto, es posible hacer que la Voluntad subconsciente proyecte al fantasma mientras dormimos; para ello basta inyectar una fuerte "tendencia" de deseo o hábito o de ambos a la vez, la cual, al aflorar a la superficie de la mente subconsciente durante las horas del sueño, pone en marcha a la Voluntad subconsciente, siempre que nuestro cuerpo físico se encuentre "incapacitado", obedeciendo en esta forma a la tendencia del hábito o al reclamo imperioso del deseo.

Los fantasmas de los muertos no se conducen, durante cierto tiempo después de su entrada definitiva en el plano astral, en forma muy disímil a la de los espíritus de los vivos.[3] Algunos permanecen inconscientes durante cierto tiempo; otros se hallan dotados de conciencia desde antes incluso, que el cable astral se corte, y los hay todavía que vagan en medio de un sueño, es decir, parcialmente conscientes.

Ya sea que el espíritu se encuentre inconsciente o parcialmente consciente, siempre se hallará bajo la tendencia del hábito o deseo, no pudiendo desviarse del mismo hasta tanto no cese la actividad de la "indicación". Pero una vez que se encuentre consciente el sujeto podrá, si así lo *quiere,* romper el mandato continuo del deseo y la rutina del hábito. No obstante, la tendencia suele ser tan fuerte que aun hallándose dotado de conciencia, el fantasma retorna una y otra vez a los ámbitos familiares, obedeciendo así pasivamente, a su mandato.

Después de la muerte, los hábitos continúan intactos y los deseos tan insatisfechos como antes; en consecuencia, también permanece intacta la "tendencia" por ellos originada. El espíritu realiza todas las fases constitutivas del proceso de aplacar un deseo dado experimentado en vida, o bien se entrega a un hábito al que había estado acostumbrado.

3: El plano astral coincide con el físico, exactamente del mismo modo en que cl cuerpo astral coincide con el material. — S. M.

EL FANTASMA INCONSCIENTE PUEDE MOVER A VECES OBJETOS MATERIALES

Ya se ha dicho que la forma en que la Voluntad subconsciente responde a la indicación depende del "matiz de la misma". Bajo la tendencia de un hábito profundamente arraigado o de la rutina, la Voluntad subconsciente suele adquirir en ciertas ocasiones, una verdadera *determinación;* se sirve entonces de una poderosa "fuerza motriz" que aplica a cada acción y esta fuerza motriz es mucho más fuerte en la ejecución de un hábito que en los demás casos.

Esta es la razón por la cual los espíritus de los muertos —bajo la tendencia del hábito, en los ámbitos por ellos frecuentados en vida—suelen mover objetos que sus Voluntades conscientes no hubieran logrado mover. La fuerte respuesta de la Voluntad subconsciente, se origina como consecuencia del profundo arraigo en la mente subconsciente de la tendencia de la indicación.

El espíritu *inconsciente* puede a veces, bajo la tendencia a cumplir con un hábito, mover algunas cosas que otro espíritu *consciente* no lograría mover, debido a que la Voluntad consciente es incapaz de producir la "fuerza motriz" que puede generar la Voluntad subconsciente; de modo que una sola indicación consciente no es tan fuerte como una sugestión profundamente arraigada en el subconsciente.

Así se explica fácilmente el hecho conocido de las casas pobladas de fantasmas. El fantasma que realiza sus actividades en ese contorno, lo hace bajo el impulso del deseo o el hábito, y es tan grande la "fuerza motriz", que llegan a hacerse "sentir" por los seres terrenos que habitan esas casas. El espíritu puede hallarse, en estos casos, inconsciente, parcialmente consciente o consciente.

Muchos especialistas dedicados al estudio de las casas encantadas han comprobado que ciertas manifestaciones ocurren con intervalos precisos, en forma perfectamente regular. Esto sucede debido a que el espíritu se halla bajo la tendencia del hábito. He aquí un ejemplo:

UN ESPÍRITU MERODEADOR BAJO LA TENDENCIA DE UN HÁBITO Y UN DESEO

Años atrás conocí a una anciana señora que vivía en una habitación del segundo piso de un caserón donde pasó los últimos años de su vida terrenal. Durante los últimos diez años había tenido el hábito de leer la Biblia con toda regularidad. Todas las mañanas, entre las cuatro y las cinco, se levantaba del lecho, se sentaba en una vieja y crujiente mecedora (por la cual guardaba especial predilección) y leía la Biblia, al tiempo que se mecía en la silla, produciendo cada movimiento un crujido característico.

A las cinco cerraba su Biblia y descendía a la planta baja. Durante diez años siguió esta misma rutina sin variar un solo punto. Por fin, llegó el día en que murió. Los otros ocupantes de la casa se despertaban todas las mañanas, después de la muerte de la anciana señora, alrededor de las cuatro y podían oír claramente la silla que aquélla había utilizado, crujiendo como si alguien hubiera estado hamacándose en ella.

Comenzó a circular entonces la historia de que la casa se hallaba "encantada", con el resultado de que todos los ocupantes abandonaron la casa a poco de ocurrida la muerte de la vieja señora y no apareció nunca, después de esto, ningún inquilino dispuesto a habitarla. Aunque las personas que se mudaron no eran supersticiosas —así lo declararon ellas— y no creían en "fantasmas", insistían sin embargo, en que todas las mañanas, entre las cuatro y las cinco, ¡oían el crujido regular de la mecedora!

Reproducimos este caso solo a fin de mostrar la forma en que la tendencia del hábito puede posesionarse del espíritu en la mente subconsciente, y además para ilustrar el poder de la "fuerza motriz" bajo la tendencia de un hábito y de un deseo. El espíritu era presa del *deseo* de leer la Biblia y del *hábito* de leerla *regularmente* en un *lugar* determinado.

UN FANTASMA MADRUGADOR[4]

He aquí otro caso que ilustra la forma en que el espíritu torna a sus hábitos regulares durante la proyección. En una casa vivían un anciano de setenta y cinco años, su hijo y la familia de su hijo; todos dormían en el piso alto; el anciano en su propia pieza, el marido y su esposa en otra y los chicos en una tercera.

El anciano caballero tenía la costumbre de levantarse temprano de mañana y encender la estufa en la planta baja. Todas las mañanas, a las seis y media, realizaba esta tarea con escrupulosa regularidad, no porque tuviera la obligación de hacerlo, sino simplemente porque le gustaba.

Un domingo de mañana, más o menos a esa hora, el hijo despertó en el piso alto y oyó los ruidos de los hierros en la estufa de la planta baja. Le comentó entonces a su esposa que su padre debía estar encendiendo el fuego. Lo cual no tenía absolutamente nada de extraño; y media hora más tarde el hijo y su esposa se levantaron.

Al llegar abajo descubrieron que la estufa no había sido encendida; y sin embargo, ellos *sabían* que habían oído al anciano —o alguien al menos— andar con los hierros de la estufa a las seis y media. La esposa subió entonces al cuarto de los niños para avisarles que no hicieran ruido, pues el abuelo todavía no se había levantado y seguía durmiendo.

Pero los niños argumentaron que ellos lo habían oído bajar y caminar por el hall, donde lo habían escuchado encender el fuego. Al ver así confirmada su primera impresión —que el anciano se había levantado— el hijo y su esposa se dirigieron a la habitación de aquél.

El anciano se hallaba en su lecho, al parecer dormido; pero un rápido examen demostró que en realidad estaba muerto. Se llamó inmediatamente al médico quien declaró que el anciano debía haber fallecido por lo menos cinco horas antes. De modo que llegaron todos a la conclusión entonces, que no podía haber sido el anciano a quien habían oído desde el piso alto.

Son numerosos los casos semejantes a éste. El espíritu obraba bajo la tendencia del hábito y en estas ocasiones la "fuerza motriz" es sumamente poderosa Más adelante volveré sobre este tema, es decir, la posibilidad que tiene un fantasma de mover objetos físicos.

4: Conozco personalmente a todas las personas mencionadas en este relato. — S. M.

EL FACTOR "ENERVACION"

Entre los factores que impulsan a la Voluntad subconsciente a mover al cuerpo astral puede incluirse la "enervación". No es necesario profundizar el análisis de este factor, puesto que hemos visto antes la forma en que la "enervación" —falta de energía cósmica— determina la proyección del cuerpo astral, a fin de

abastecerse de energía cósmica, durante el sueño. También aprendimos que los sujetos de temperamento nervioso salen con mayor rapidez, más fácilmente y a mayor distancia que los de temperamento tranquilo.

La enervación es, en realidad, una condición corporal y constituye un importante auxiliar en la proyección del cuerpo astral. Pues bien; si el sujeto se repite a sí mismo una y otra vez: "tengo energía, tengo energía, tengo energía", durante días y días — como sostienen algunos autores que debe hacerse a fin de proyectarse— lejos de facilitar la proyección no hará sino atar cada vez con lazos más firmes el cuerpo astral al físico. En efecto, cuanto mayor sea la cantidad de energía almacenada por el sujeto, tanto menor será el impulso del condensador astral a separarse una gran distancia del organismo físico durante la discoincidencia.

Si es cierto que el temperamento nervioso es el mejor dotado para la proyección, no será irrazonable concluir que el consumo de energías es el mejor método para alcanzar la proyección. Y así es en efecto. Es la *falta* de energía nerviosa lo que caracteriza a un temperamento nervioso, y el consumo de la propia energía, por cualquier medio que éste se realice, no hace sino acercar la meta perseguida por el sujeto.

El astral no se separa del físico por la noche, durante el sueño, porque tenga demasiada energía, sino, muy por el contrario, por carecer de ella; tal es la razón por la que dormimos.

Si fueran la fuerza de Voluntad y la acumulación de la energía las causas de la proyección del cuerpo astral, una persona enferma no podría proyectarse, lo cual contradice precisamente todos los hechos conocidos. Quiero, pues, dejar bien sentado que si bien todos mis contemporáneos que se han ocupado en la investigación de los mismos problemas tratados en este libro, me merecen el mayor respeto, sus teorías de las "buenas condiciones de salud" y de la "acumulación de la energía" se hallan minadas de incongruencias y contradicciones. Es por esto que mantengo firmemente mi posición dogmática, basada en la teoría de la "tendencia subconsciente".

CAPITULO X

DETERMINACION DE LA "TENDENCIA" ADECUADA PARA USAR EN LA PROYECCIÓN

Ahora que comprendemos las causas que impulsan a la Voluntad subconsciente a mover al cuerpo durante el sueño, todo lo que necesitaremos para provocar una proyección será desarrollar uno de los factores requeridos con suficiente vigor para que aflore a la superficie de la mente subconsciente o permanezca en ella, después de habernos dormido.

Al elegir el factor que se desea utilizar, no debe optarse por el primero que a uno se le ocurra, sino que debe realizarse un examen previo de todos los agentes en juego, a fin de establecer si el factor se acomoda al caso individual, si no es de difícil desarrollo para la mente subconsciente, si se halla en armonía con las leyes de la proyección y si ya ha experimentado algún desarrollo previo (evitando tener que crearlo especialmente para el proceso), etc. El sujeto deberá formularse las siguientes preguntas: ¿tengo yo algún deseo con cuya satisfacción me suceda soñar frecuentemente, o que haga presa de mí violentamente durante la vigilia? ¿Requerirá su satisfacción movimientos del cuerpo astral? ¿Es un deseo sexual? (en este caso, no debe empleárselo, pues no permitirá una entera pasividad del cuerpo

físico) ¿Es acaso un deseo de venganza dirigido contra alguien? (en caso de que así sea, no se debe tratar de desarrollarlo). ¿Poseo algún hábito que me produzca placer? ¿Es un hábito-deseo? ¿Sueño frecuentemente con él? (esto solo sirve para mostrar si aquél se halla lo bastante arraigado en la mente subconsciente como para manifestarse durante el sueño). ¿Constituye parte de mi rutina? ¿Me desagrada mi rutina? etc.

El objeto de este cuestionario consiste simplemente en permitir al sujeto determinar el factor más apropiado para la proyección; aquél que se acomoda en forma más ventajosa a sus exigencias particulares. Si el sujeto conoce los requisitos de la proyección astral, podrá escoger el factor en forma más científica. No es sin embargo a mí, a quien corresponde establecer cuál es el factor más indicado para intentar la proyección; pero si he de dar algún consejo al lector me permitiré, de todos modos, indicar la "sed", por varias razones que veremos enseguida.

En primer lugar, ¿por qué tomarse el trabajo de desarrollar un hábito de rutina tenaz, a través de semanas enteras probablemente, para imprimirlo nítidamente en la mente subconsciente, cuando fácilmente puede imprimirse la "sed" en unas pocas horas y con un esfuerzo mínimo? En segundo lugar, la sed *debe* ser satisfecha; el subconsciente lo sabe y habrá de acudir a cualquier recurso para aproximar el cuerpo al agua, de modo tal que habrá de mover al astral con determinación, en caso de que no pueda

mover al físico. (Más adelante suministraré la fórmula correspondiente).

INCAPACIDAD — LA DIFERENCIA FUNDAMENTAL ENTRE LA PROYECCION ASTRAL Y EL SONAMBULISMO FISICO

Antes de poder suministrar instrucciones específicas de provecho para el lector, es necesario considerar otro aspecto del proceso. Sabemos que no solo es necesario que la Voluntad subconsciente asuma la determinación de mover al cuerpo, sino también que el cuerpo físico se halle "incapacitado".

Solo una vez que hayamos aprendido cómo obstruir la actividad del cuerpo físico estaremos en condiciones de asimilar las instrucciones para combinar la "tendencia" y la "incapacidad", combinación ésta indispensable a fin de obtener el efecto deseado, esto es, la proyección del cuerpo astral. Como se recordará, la "incapacidad" del cuerpo físico significa que éste se encuentra inusitadamente pasivo, en la más completa inactividad; tanta, que no puede responder en el momento en que la Voluntad subconsciente trata de mover a ambos cuerpos en coincidencia.

Cuando tal ocurre, el cuerpo astral se separa del físico. Si la Voluntad subconsciente intenta mover al cuerpo precisamente en el momento en que el sujeto

se queda dormido, el espíritu se proyecta, sin detenerse en la zona de reposo.

Si la Voluntad subconsciente intenta mover al cuerpo —esto es, si se hace presente alguna indicación— mientras el fantasma se halla en la zona y el cuerpo físico no se encuentra en un grado adecuado de pasividad, el espíritu se deslizará nuevamente hacia el interior del organismo físico, moviéndose finalmente los dos cuerpos juntos en coincidencia. El sujeto puede estar parcialmente consciente o inconsciente. Puede poner en ejecución lo que sueña (en caso de hallarse parcialmente consciente), también puede aplacar un deseo, poner en práctica un hábito, etc. Esto es lo que se conoce con el nombre de sonambulismo físico; en éste, el sujeto puede tornarse consciente, del mismo modo que en el caso del sonambulismo astral.

La única diferencia es que en uno de los casos el cuerpo físico se encuentra incapacitado, quedando detrás, por lo común en el lecho; en el otro caso, por el contrario, el cuerpo físico no se halla incapacitado, participando él también del movimiento. Un rápido análisis del sonambulismo nos ayudará a estimar el significado de la proyección astral, pues así podremos ver la semejanza existente entre arribos, como así también la presencia de un factor determinante, del cual depende que sea el cuerpo físico el que se mueva o solamente el astral. Ese factor es la "incapacidad" y existe un método específico para producirla a voluntad.

Antes de proseguir con el estudio de este método, detengámonos un instante a observar la similitud existente entre la causa y el proceso del sonambulismo físico y la causa y el proceso de la proyección astral. La causa es en ambos casos, como ya dijimos, el aflorar a la superficie de la mente subconsciente de una impresión —que actúa como orden frente a la Voluntad subconsciente— cuya naturaleza puede consistir en un hábito, un deseo o un sueño.

Toda vez que el espíritu se proyecta o que el sujeto empieza a caminar dormido físicamente, el estado mental es exactamente el mismo. El sonámbulo físico puede poner en ejecución el sueño que ocupa su pensamiento al igual que el sonámbulo astral. Los movimientos del sonámbulo son tan precisos que al observarlos asombra la seguridad de la inteligencia rectora.

Sí el sonámbulo acierta a encontrar en su paso a una persona, o bien no le presta la menor atención, o inmediatamente la incluye como parte de su sueño, en caso, claro está, de que el sujeto se encuentre parcialmente consciente. Si hallándose en el cuerpo astral, y siendo iguales las demás condiciones, se encontrase el proyector en sus sueños con otros individuos — terrenos o espirituales— éstos se convertirían de inmediato en personajes de su sueño. Recuérdese mi sueño con los indios (cap. VIII). Recuérdese que en aquel caso el mismísimo "Curita" estaba parado frente a mí.

Un autor ha contado el caso de un hombre que después de haberse acostado, fue asaltado por la idea de que había olvidado cerrar la puerta de su negocio; poco tiempo más tarde este mismo individuo fue detenido por un agente en las proximidades del negocio; según todo lo hace presumir, el sujeto había llegado hasta allí caminando en estado sonambúlico.

Se ve aquí claramente cómo permaneció la impresión en la superficie de la mente subconsciente, activando a la Voluntad subconsciente mientras el hombre dormía. En caso de haberse hallado físicamente incapacitado, solo el cuerpo astral hubiera viajado hasta el negocio.

Seguramente el lector dirá: "En este caso la impresión no fue causada ni por un deseo, ni por un hábito ni tampoco por un sueño.

¡Pero esto no es cierto! Hasta donde la mente del sujeto importa, el *hábito* de cerrar la puerta del negocio había sido evidentemente violado.

También existía el deseo de saber si el negocio estaba cerrado o no, y en este último caso, de cerrarlo.

A poco que se detenga a analizar los casos de sonambulismo, el lector descubrirá que *todos* ellos, como así también todas las proyecciones astrales, obedecen a los mismos factores fundamentales: deseo, hábito o sueño (el tipo adecuado). Con todo, puede suceder que ni aun estudiando minuciosamente las acciones del sonámbulo, pueda encontrarse el

resorte que lo mueve; sin embargo, tengo el convencimiento de que una mayor profundización en el examen de las mismas habrá de conducir forzosamente a un deseo, hábito o sueño adecuado.

Pues bien; puede suceder que un hábito fuerte proyecte al fantasma o ponga al sonámbulo en movimiento al igual que una indicación onírica, aun cuando su ejecución práctica lo aleje del cumplimiento del hábito. Por otra parte, esto es lo que acontece generalmente. El sujeto está siempre dominado por la indicación más fuerte que acierte a imperar en su pensamiento.

Consideremos por ejemplo, el caso de un sujeto que se acostase con hambre y que su deseo de alimentarse aflorase en la superficie de la mente subconsciente o permaneciese en la misma. Si el deseo fuera lo bastante fuerte, la indicación concreta "comida" no tardaría en hacerse presente a la Voluntad subconsciente.

En' caso de que el sujeto no se hallase físicamente incapacitado —y no se tornase consciente— empezaría a caminar en estado sonambúlico. En caso contrario, es decir, si se encontrase físicamente incapacitado, terminaría por proyectarse bajo el imperativo "¡comida!". Si no se presentase ninguna indicación onírica, o si experimentase el sujeto un sueño que sugiriese comer (que es lo más probable) el sujeto permanecería bajo la impresión dominante y entonces podría dirigirse hacia el aparador o hacia un restaurante o hacia la panadería, etc., según el

pensamiento relativo que la idea de comida despertase en su mente.

En caso de que en el camino recorrido bajo el impulso del deseo, se encontrase el sujeto en estado parcialmente consciente (es decir, en el sueño), con algo capaz de producir una impresión diferente en su pensamiento, podría suceder que olvidase su deseo de comer y empezara a hacer alguna otra cosa.

Supongamos que el individuo de marras estuviera proyectado o en sonambulismo físico, bajo la sugestión "comida" y que la impresión relativa o accesoria fuera la de la panadería. En este caso, el sujeto no tardaría en dirigirse hacia aquélla. Supongamos ahora que en él camino pasara frente al banco, donde guarda su dinero y realiza sus transacciones comerciales, y supongamos también que tuviera el hábito de ir a menudo al banco a depositar sus ingresos. Si esta indicación posterior llegara a dominar a la primera, en lugar de continuar su camino hacia la panadería, trataría de entrar al banco.

En el caso de una proyección astral, el individuo podría pasar directamente a través de la puerta del banco, dirigirse a la ventanilla de depósitos, efectuar el suyo y salir luego caminando nuevamente, siguiendo el trayecto habitualmente recorrido en sus diligencias. Si se hallara en cambio en el cuerpo físico, en estado sonambúlico, podría suceder que se llegase hasta la puerta del banco, soñara que estaba cerrada y se diera media vuelta, emprendiendo el regreso a su

casa. En este caso no habría hecho más que seguir las indicaciones derivadas de la mente rectora de sus movimientos, exactamente las mismas indicaciones que guían nuestros movimientos cuando nos hallamos dotados de conciencia.

Veamos lo que al respecto dice Walsh: "En algunas personas los ataques de sonambulismo varían muy poco. Todas las palabras, ademanes y gestos tienen exactamente lugar en el mismo momento cada vez, exactamente como si se tratase de la representación de un drama sobre la escena. En caso de que el ataque tuviera un fin brusco antes de haberse completado el drama onírico, éste habría de proseguir, en el ataque siguiente, desde el mismo punto en que había sido interrumpido".

"He aquí un caso narrado por Charcot que ilustra este punto. Su paciente era un periodista que creía ser, durante los ataques de sonambulismo, un novelista famoso. Después de haber escrito dos o tres páginas, bastaba retirárselas para que cesara el ataque. Pero al ataque siguiente comenzaba a escribir precisamente desde el punto en que había interrumpido su trabajo la vez anterior."

Nuevamente nos encontramos aquí con el deseo (de escribir) y el hábito como causas activas y determinantes del proceso. Como se ve, pues, el sonambulismo físico y la proyección astral se apoyan fundamentalmente sobre una base común. La diferencia consiste simplemente en que en un caso el

cuerpo físico se encuentra lo bastante activo para adherirse al astral durante el proceso, y en el otro no.

PROYECCION ASTRAL CAUSADA POR LA SED

Del mismo modo en que un individuo adecuadamente predispuesto puede experimentar el sonambulismo físico o la proyección del cuerpo astral bajo la influencia de una impresión de hambre, dirigiéndose a un aparador, restaurante o panadería, etc., del mismo modo también habrá de comportarse el mismo tipo de sujeto, pero dirigiéndose ahora a la canilla, al arroyo, o a cualquier otro lugar apropiado para satisfacer su deseo, en caso de hallarse bajo la influencia de la "sed".

En mis primeras experiencias sobre este terreno, es decir, cuando por primera vez traté de estimular voluntariamente el deseo de agua, antes de irme a dormir, me vi recompensado con el éxito desde la iniciación misma de aquéllas. A fin de reforzar la tendencia volitiva, me abstenía de beber durante cierto tiempo antes de realizar la prueba, estimulando al mismo tiempo el deseo, fijando continuamente el pensamiento en la idea de beber, y también mirando vasos de agua, llevándomelos a la boca sin probar el agua, etc.

Antes de acostarme, y venciendo mi repugnancia, me tomaba una pequeña porción de sal. Como podrá imaginarse el lector, eso era una verdadera tortura,

pero con todo, la recompensa era suficiente, pues la "tendencia" así originada, superaba con mucho las tendencias más vehementes experimentadas con anterioridad. Para comprenderlo, bastará imaginarse el deseo de beber que yo debía experimentar al sobrevenir el sueño, después de haber postergado su satisfacción tantas veces.

La primera proyección alcanzada por medio de este método en que adquirí conciencia durante el transcurso de la misma, fue una proyección onírica. Soñé que caminaba por un polvoriento camino. Era un día de un calor abrasador. Tenía sed, pero no podía encontrar lugar alguno donde beber. Por fin me saqué la camisa y traté de humedecerme la boca con la transpiración de la misma.

Pero la sed seguía en aumento. Cada vez me hallaba más débil y enceguecido por el sol; finalmente, llegué a una pequeña granja. ¡En la granja había un molino! Entonces me precipité con la ansiedad que es de imaginar hacia el tanque anexo al mismo, pero para descubrir que estaba seco. Levanté la vista y vi que las aspas del molino no giraban; entonces, sabiendo que si lograba hacerlas girar pondrían en funcionamiento la bomba extractora del agua, comencé a trepar aferrándome a los hierros de la base, tratando de alcanzar la escalera para subir hasta la plataforma superior, desde donde podría mover las aspas con la mano.

Cuando alcancé la escalera comencé a ascender por ella rápidamente. Precisamente en el momento en que

llegaba al extremo superior, las aspas comenzaron a girar velozmente y, enganchándose en mis ropas, me arrojaron a gran distancia por el aire. En el sueño, me alegraba enormemente de hallarme volando por el aire, pues desde aquella altura podía ver que me acercaba rápidamente a un río próximo a mi casa, donde probablemente podría saciar mi sed. Pocos instantes después me hallaba de rodillas bebiendo en el río. Fue en este momento cuando me torné plenamente consciente; me hallaba en el cuerpo astral sobre la ribera del río —que dista menos de una cuadra de mi casa— en un punto donde suelo sentarme a pescar.

El lector podrá advertir en este ejemplo los diversos elementos que actúan sobre la proyección. Por un lado tenemos el deseo de beber; tenemos también el sueño de ascender (por el molino) el de moverse hacia afuera (al ser enganchado por las aspas), el de despertarse en el punto del río en que tenía el *hábito* de pescar.

Reforzando la tendencia de la sed, logré repetir varias veces la primera experiencia aquí mencionada, es decir, aquella en que desperté en la cocina tratando de abrir la canilla con las manos (astrales). Recuérdese que cuando el sujeto se torna consciente en el astral en un lugar dado, es probable que vuelva a tornarse consciente siempre en el mismo lugar, si las condiciones son semejantes.

SONAMBULISMO FISICO CAUSADO POR LA SED

He aquí un ejemplo de cómo la "tendencia" de la sed puede provocar un sonambulismo físico, además de la proyección astral.

El incidente no pertenece a mi experiencia personal sino que me fue narrado por un individuo de mi conocimiento. Un hombre de edad mediana, que nunca había tenido la costumbre de beber mucha agua, comenzó a experimentar gradualmente un deseo cada vez más intenso de beber. Llegó a sí a beber inmensas cantidades por día, y finalmente a levantarse durante el sueño para seguir bebiendo.

En estado sonambúlico se levantaba del lecho, se calzaba los zapatos, descendía las escaleras, se ponía el sombrero, sacaba el balde del pozo, lo llenaba, y luego regresaba nuevamente a la casa, donde comenzaba a beber. Este episodio se repetía noche a noche con toda regularidad.

Un médico a quien se consultó el caso, lo atribuyó a una "afección nerviosa", pero su tónico para los nervios no puso fin a las andanzas sonambúlicas. Finalmente se recurrió a otro médico. Este último observó todos los movimientos del paciente durante varias noches, tomando nota de los más mínimos detalles. Llegó así a la conclusión de lo que impulsaba al hombre a andar en estado sonambúlico sin descanso, era su deseo de beber y, después de revisarlo cuidadosamente, descubrió que padecía de

una intensa gastritis, dolencia que va siempre acompañada de sed.

Curada la gastritis, desapareció el deseo de beber, cesando al mismo tiempo las actividades nocturnas.

Si el sujeto experimenta un intenso deseo de cometer un delito, es decir, un deseo criminal que se halla obligado a reprimir, y este deseo hace eclosión durante el sueño, el sujeto empezará a andar en estado sonambúlico, físicamente, o bien se proyectará en el cuerpo astral tratando de dar satisfacción a su deseo.

Al respecto dice el doctor Walsh: "Por regla general los actos del sonámbulo son inofensivos y acordes con sus experiencias o naturaleza íntima. Es conocido el caso de aquel sacerdote, del carácter más austero durante el día, pero que robaba durante la noche, como así también el de otro individuo muy semejante al doctor Jekyll de Stevenson. Estos casos pueden atribuirse a sueños sumamente intensos o a fuertes impulsos que el sujeto era capaz de reprimir durante el día, pero no ya por la noche, al adormecerse la mente consciente".

Y el doctor Walsh está en lo cierto; es la indicación realizada a la Voluntad subconsciente la que pone en actividad al sujeto y el hecho de que éste se proyecte en el cuerpo astral o el de que ambos cuerpos, el físico y el astral, se mantengan unidos durante el proceso, solo depende de un factor: "la incapacidad".

COMO DESCUBRI QUE LA INCAPACIDAD ES UN FACTOR IMPORTANTE

Pasaré a relatar, a continuación, un descubrimiento que realicé mientras me hallaba investigando las causas de mis primeras proyecciones; aparte del interés intrínseco que pueda presentar, permitirá al lector conocer las principales razones a que obedece la "incapacidad". De natural inquisitivo, no cesé en la investigación de las proyecciones astrales, después de haber experimentado las primeras exteriorizaciones conscientes, llegando así a la conclusión de que debía existir una *causa,* de que el aparente milagro no podía tener lugar sin la presencia oculta de ciertos factores que lo determinaran; pero todavía debía pasar algún tiempo antes de que lograra descubrirlo.

Varios eminentes espiritistas a quienes escribí narrando mi caso, me informaron que no conocían ninguna causa específica de la proyección astral, afirmando que se trataba de un *don;* así, insistían particularmente en el hecho de que los hindúes poseían en alto grado esta facultad, etc., etc.

De modo que al acostarme por las noches, me preguntaba siempre si habría de proyectarme esa vez o no. Y me pasaba las horas despierto, pensando en aquella extraña realidad sobre la que nadie podía arrojar ninguna luz. Me dejaba arrastrar así hasta el estado hipnagógico, visualizando la proyección, pensando en ella, concentrándome en el proceso todo; en realidad, las experiencias que me habían acontecido parecían haber aprisionado todas mis

ideas, y el peso de esta obsesión tornábase particularmente fuerte por la noche.

Y lo más triste de todo era experimentar tan palpable realidad y no encontrar a nadie que me creyese. Mis amigos, mis parientes —sí, los propios miembros de mi familia— consideraban ridícula la mera mención de "semejante imposibilidad", para decirlo con sus propias palabras. Me declararon "visionario" y un poco perdido en las nubes.

El desprecio de que me hacían objeto los demás me hería profundamente. A menudo, después de acostarme, me entregaba al llanto, al pensar que nadie prestaba crédito a mis afirmaciones. Si pudiera encontrar las causas, me decía, y pudiera hacérselas conocer a ellos, quizás lograra así que creyeran en el fenómeno. Así surgió mi determinación de averiguar la razón que provocaba las proyecciones. El lector ya conoce algunas de las comprobaciones que entonces realicé. Así fue como llegué también al descubrimiento de que la "incapacidad" del cuerpo físico era esencial.

Una noche, mientras yacía despierto en el lecho, me dediqué a concentrar mi pensamiento en las diferentes partes de mi cuerpo. Mis ideas se detuvieron así en el corazón. Advertí entonces que éste no parecía latir a la velocidad normal.

Al día siguiente fui a ver un médico y me hice revisar el órgano. Solo pulsaba 42 veces por minuto, pero se hallaba sano. Me dio una caja de estricnina —estimulante cardiaco— asegurándome que esto lo

volvería a la normalidad. Me tranquilizó, además, diciendo que varias veces le había tocado examinar casos semejantes, entre ellos, el de un hombre cuyo apellido me dio, que tenía un pulso también alrededor de cuarenta pulsaciones por minuto.

Ahora bien; durante casi un año entero antes de esta consulta, casi no había pasado semana en que no se produjera alguna proyección, y todas las noches había podido percibir cómo emergía el cuerpo astral por encima del físico, durante el estado hipnagógico, haciéndome "saltar". Creo haber mencionado ya que aquellas personas que se ven perturbadas por la sensación de "saltar", hundirse, deslizarse, elevarse y caer (movimientos y repercusiones del cuerpo) experimentan un gran alivio en sus trastornos cuando los médicos les dan un remedio para regular la actividad del corazón.

La razón de que un estimulante cardíaco alivie esos trastornos es simplísima el corazón activa al cuerpo físico. Si el corazón funciona con ritmo lento, el cuerpo (durante las horas de reposo) se torna más pasivo que cuando el pulso es normal o acelerado. El cuerpo astral se proyecta siempre, durante el sueño, hacia la zona de reposo. Cuando el físico se halla normalmente activo, el astral no puede separarse hasta tanto no pierda parte de su actividad. Por lo común se pierde la conciencia antes de que el astral haya emergido del físico y el cuerpo se torna pasivo también antes de la exteriorización.

Pues bien; si el corazón funciona con ritmo por debajo de lo normal, el organismo físico se torna lo bastante pasivo para permitir la salida del cuerpo astral poco antes de haberse perdido la conciencia, de modo que el sujeto percibe el movimiento del astral. Désele al sujeto un estimulante cardíaco, y el cuerpo físico no se tornará lo bastante pasivo para permitir la salida del astral sino hasta mucho tiempo después de haberse perdido la conciencia; por otra parte, el estimulante mantiene al astral muy próximo al físico.

Convendrá recordar ahora lo que se dijo con respecto a la enervación. Cuando el condensador astral se halla descargado, el cuerpo etéreo sale de coincidencia con mayor rapidez que cuando contiene una cantidad considerable de energía. Es ésta la razón por la cual los sujetos nerviosos (faltos de energía neural) experimentan síntomas semejantes a los presentados por aquellos sujetos cuyo pulso se halla por debajo de lo normal.

Un pulso por debajo de lo normal tiene el mismo efecto que la enervación, es decir, que permite al cuerpo astral salir de coincidencia antes de que el sujeto haya perdido la conciencia por completo. ¡Imagínese lo que sucedería si al sujeto le faltase energía neural y poseyera un pulso muy por debajo de lo normal a un mismo tiempo! Pues bien, era ésa precisamente la situación en que yo me encontraba.

Ya he dicho que antes de tomar el estimulante cardíaco que me recetó el médico, había experimentado alrededor de una proyección

consciente semanal, como así también, pero noche a noche, los estados iniciales de la proyección. No bien comencé a tomar la droga, desaparecieron todas las huellas del fenómeno, incluso las fases iniciales. Llevé entonces la experiencia hasta sus últimos límites, ingiriendo el medicamento durante dos meses, al cabo de los cuales me había convencido firmemente de que la "pasividad" del cuerpo físico constituía un requisito indispensable para producir el fenómeno de la proyección astral.

Al fin dejé de tomar las píldoras. Al cabo de pocos días observé que el pulso bajaba y no pasó mucho tiempo antes de que volviera a experimentar los procesos ya descriptos. Entonces realicé otro descubrimiento. Por medio de mi mente ¡podía controlar el ritmo de mi pulso! Después de acostarme y relajar todos los músculos, me concentraba en el corazón y así, en menos de dos semanas, logré dominar su funcionamiento a voluntad, acelerando o disminuyendo las pulsaciones según quisiese.

Como consecuencia natural, pronto logré también mantener el corazón con su funcionamiento normal, sin el uso de ningún estimulante; pero la capacidad de reducir el ritmo cardiaco me permitía también obtener voluntariamente una completa incapacidad del cuerpo físico. Más adelante daré las instrucciones necesarias para hacerlo, a fin de que el lector pueda provocar artificialmente esta condición necesaria.

ALGUNOS FACTORES POSITIVOS SECUNDARIOS

Pero si bien existen dos factores principales de la proyección astral, a saber, la "tendencia adecuada de la indicación" y la "incapacidad física", no es por ello menos real la existencia de otros muchos factores secundarios, que, en mayor o menor medida, contribuyen con aquéllos en la producción de la proyección astral. Es mi propósito lograr que el lector aprenda a reconocer todos los elementos, por insignificantes que éstos sean, favorables al proceso. A continuación, enumeraré algunos de ellos y es seguro que el lector podrá agregar a mi lista otros muchos.

Es de extrema importancia para el experimento la temperatura del organismo. Si ésta es demasiado baja en el momento de iniciar la operación, traerá como consecuencia una considerable inquietud mental. Sí, por el contrario, es excesivamente alta, el individuo se sentirá incómodo, imposibilitando así la pasividad y el relajamiento muscular. Además, el calor del cuerpo contribuirá a que el corazón haga circular la sangre más libremente, dificultando así el estado de "incapacidad". La temperatura ideal sería aquella en que el sujeto se sintiese fresco pero cómodo.

Cualquier elemento que se incorpore al organismo y que produzca un efecto estimulante (bebidas alcohólicas, remedios, alimentos) actuará como factor negativo, principalmente por el hecho de que todo estimulante se opone a la "incapacidad".

Sí bien las emociones deben permanecer serenas, la mente, lejos de lo que puede suponerse, no tiene por qué mantenerse igualmente inactiva. Puede suceder que uno se acueste profundamente preocupado y que ese mismo estado de ánimo cree la "tendencia" adecuada capaz de permanecer en la superficie o aflorar a ella, después de sobrevenir el sueño.

Claro está que en el caso de la hipnosis, en que la "indicación" proviene del operador y no del propio sujeto, la pasividad de la mente es esencial. En el tipo de proyección que consideramos ahora, es la propia mente del sujeto la que actúa como la mente del operador en el caso de la hipnosis.

En la autoproyección la indicación procede de la propia mente del sujeto. En la inducida por medio (le la hipnosis, la sugestión procede de la mente del operador. En realidad, si la mente se halla en completa pasividad no podría surgir ninguna indicación durante el sueño; en consecuencia, no podría obtenerse en absoluto la proyección del cuerpo astral; El factor vital de la proyección es la "tendencia de la mente".

La mente consciente puede hallarse considerablemente preocupada antes de que el sujeto se duerma, permaneciendo esa "tendencia" en la superficie del subconsciente. Recuérdese el caso del hombre que se había dormido con la preocupación de no haber cerrado la puerta de su negocio. Esta "tendencia" permaneció luego en la superficie y aun después de haberse dormido, y se apoderó de su Voluntad subconsciente, con el resultado final de que

el individuo no tuvo más remedio que levantarse en medio de su sueño e ir a cerrar la puerta del negocio.

Si el lector se ha formado la idea de que la mente debe hallarse absolutamente tranquila a fin de producir la proyección del cuerpo astral, deberá volver nuevamente sobre esta convicción, pues la pasividad del espíritu es uno de los mejores métodos para *impedir* la proyección.

El dormitorio del sujeto debe hallarse lejos de todo ruido perturbador. Los ruidos tienden a facilitar la interiorización y el estado de alerta del cuerpo físico. Nada tiene esto de nuevo, pues todo el mundo sabe que nada mejor para despertar a una persona dormida que hacer algún ruido cerca suyo.

No obstante, si el espíritu ha sido proyectado fuera del físico a cierta distancia —fuera del radio de acción del cable— es tan probable que el ruido lo despierte en el cuerpo astral como cuando se halla en el físico. Al intentar una proyección, sin embargo, no es fácil que el sujeto pueda realizar de primera intención una separación completa a larga distancia, por lo cual los "sonidos" no son recomendables.

Mi experiencia personal me indica que son los sonidos *insólitos* los que suelen despertar al espíritu. El tic—tac de un reloj, el chirriar de la puerta de una estufa u horno —sonidos éstos familiares y que pasan inadvertidos— no parecen perturbar el experimento. Claro está que un ambiente campesino es más

adecuado para el experimento que otro ciudadano, por lo menos en cuanto al factor "sonido" se refiere.

Durante las tentativas de proyección astral debe recurrirse a todo lo que contribuya a la comodidad y relajamiento del cuerpo físico. No es aconsejable usar muchas ropas en la cama, pues muchas veces un peso excesivo sobre el cuerpo produce ciertos efectos psicológicos peculiares durante el sueño.

Este peso que oprime el cuerpo del proyector puede estimular la creencia —durante el sueño— de que se halla aprisionado bajo una masa sólida o que se ahoga, surgiendo sueños en ese sentido con el resultado final de poner en juego las emociones del sujeto. Pero no son éstos los únicos efectos que puede tener la acumulación de frazadas pesadas en la cama. Muchas veces, hallándome dentro del radio de acción del cable y consciente, percibí que parecía existir cierto peso indescriptible sobre mi ser, como si algo me oprimiese; era una sensación muy semejante a la que se experimenta cuando se quiere respirar pero parece faltar el aire.

También he tenido sueños en que, hallándome parado, trataba de caminar, pero un enorme peso descansando sobre mi cabeza me lo impedía; en medio de muchos sueños semejantes me he despertado súbitamente para encontrarme proyectado dentro del radio de acción del cable, sin que la sensación de peso hubiera cesado de oprimirme. El análisis de la situación me llevó en todos los casos al convencimiento de que aquella sensación de hallarse

bajo un gran peso (durante la proyección y dentro del radio de acción del cable) era determinada por el peso de las frazadas colocadas sobre el cuerpo físico.

De este modo, no solo es posible que las ropas de cama pesadas provoquen sueños contrarios a la situación propicia para la proyección, sino que sugieren incluso, la idea de caída al espíritu proyectado.

Existe también otro ángulo desde el cual puede enfocarse este asunto. ¿No es posible que las ropas pesadas sugieran a la mente subconsciente la idea de ahogo o que determinen un sueño de ahogo capaz de estimular el deseo de aire e impulsar, de este modo, a la Voluntad subconsciente para que desplace al cuerpo hacia el exterior a fin de complacer este deseo? Claro que sí, y si el cuerpo físico estuviera "incapacitado" el astral se proyectaría. He aquí otra causa de la llamada "proyección espontánea"; como se ve, ¡siempre existe alguna ley fundamental detrás de la aparente espontaneidad!

No es aconsejable, sin embargo, intentar una proyección de este tipo deliberadamente —tratando de sofocarse para despertar el deseo de aire— pues de hacerlo podría pasarse al aire en forma permanente.

El abrigo excesivo del cuerpo puede provocar resultados similares, a los que acabamos de mencionar. Lo más conveniente es no usar nada, durante el experimento, de que pueda prescindirse. Siempre es mejor no tener nada puesto que algo de

más. La ropa demasiado ajustada es sumamente inconveniente, pues no solo es incómoda, sino que también entorpece la circulación de la sangre. Sí bien es conveniente disminuir el pulso cardíaco, no es prudente obstaculizar su libre circulación.

Y en este sentido, cuanto mayor sea la libertad, mejor. No se trata de que el cuerpo astral no pueda pasar a través de las ropas del sujeto o de las frazadas, pues puede atravesar fácilmente una maciza pared de ladrillos o una lámina de acero; el punto de importancia es que un abrigo excesivo produce un efecto psicológico altamente perturbador Si el sujeto tiene, en cambio, poca o ninguna ropa sobre el cuerpo durante el experimento, obtendrá un efecto psicológico de "libertad" y "ligereza", de inestimable valor para fortalecer las sensaciones peculiares de toda proyección.

No es difícil comprender la razón por la cual los inconvenientes señalados atentan contra las sensaciones naturales de la proyección de ligereza y libertad. La sensación de ser oprimida oprimirá al astral: del mismo modo, la sensación de ligereza influirá sobre el astral en ese sentido, es decir, estimulando la aparición de sueños, con un efecto "extractivo" del cuerpo onírico. Esto en cuanto al elemento ropas. Resumiendo, diremos que el "peso" sobre el organismo físico —ya provenga de la ropa o de cualquier otra cosa— es un factor contrario a la proyección astral.

Si bien la proyección del cuerpo astral puede tener lugar mientras el sujeto se halla sentado en una silla, la posición yacente horizontal es, con mucho, preferible. Las horas de la noche cuando uno ya ha dormido un rato, son quizás las más convenientes. Existen muchas razones para que así sea. Cuando el sujeto se acuesta por la noche, se olvida de los pensamientos relacionados con las actividades mundanas hasta el día siguiente, en tanto que si intenta la proyección durante el día, probablemente se haga el siguiente razonamiento: "me voy a acostar un rato a ver qué pasa; después seguiré trabajando", o algo por el estilo.

Existen tantas y tantas razones para preferir la noche al día en la práctica de este fenómeno, que casi parece una pérdida de tiempo tratar de numerarlas a todas. Por la noche no existen tantas influencias capaces de distraer la atención del sujeto, por lo cual su concentración sobre el Yo (de fundamental importancia) es más fácil que durante el día.

Aunque la proyección del cuerpo astral puede tener lugar en cualquier momento, yo he comprobado que, por regla general, se produce varias horas después de haberse dormido el sujeto. Y por lo común, después de medianoche. Esto no es sino lo natural, pues durante el sueño el cuerpo físico se torna mucho menos activo; además, el mundo exterior se halla mucho más tranquilo después de medianoche.

Una de las formas más seguras de realizar la proyección del cuerpo astral, y en especial las

proyecciones conscientes desde el primer instante, consiste en dormir varias horas y recién entonces empezar a proyectar el cuerpo astral, al adquirir conciencia, es decir, durante el estado hipnagógico que sucede al sueño.

Es en estas circunstancias cuando la catalepsia astral se produce con mayor frecuencia. Lo más corriente es que pasen varios segundos antes de que uno pueda moverse físicamente; primero, debido a que el cuerpo físico se halla en un estado de extrema pasividad; segundo, porque el fantasma está en catalepsia; y tercero, porque la "fuerza motriz" puede hallarse fuera del cuerpo. Estas circunstancias son sumamente favorables para la proyección consciente. Proyección que por supuesto, puede obtenerse por medio de una indicación apropiada.

La posición yacente sobre el costado derecho o sobre la espalda es la más conveniente para la proyección astral, si bien ésta *puede* producirse cualquiera sea la posición del cuerpo. En mi caso particular, ha sido la posición yacente de espaldas la más ventajosa; el lector comprobará que esta posición favorece especialmente la proyección, sobre todo cuando se la quiere producir en el estado hipnagógico que precede al sueño.

La posición yacente sobre la espalda favorece también las sensaciones de flotar y ascender por el aire. Una de las razones que lo explican es que la sangre no circula tan libremente a lo largo de la espina dorsal, insensibilizando en parte la sensación de contacto con

el lecho. La sensación, cualquiera sea su origen primero, es decididamente la más adecuada para producir el ascenso del astral. Siempre que, claro está, al sujeto le plazca esta sensación.

También se advertirá que mientras uno yace de espaldas es más fácil percibir la sensación producida cuando el cuerpo astral penetra en la zona de reposo. Mucha gente no puede dormirse acostada de espaldas por esta misma razón, es decir, porque experimentan la sensación de flotar precisamente en el momento en que la conciencia comienza a disiparse, de modo que sufren ligeras repercusiones.

Muchas personas tienen la costumbre de proferir alguna palabra o sílaba distintamente al producirse la repercusión, experimentando, al mismo tiempo, una sensación de vacío en la boca del estómago. Pese a todo lo terrible que pueda parecer esta sensación, en el momento de experimentarla, por lo general resulta agradable al recordarla más tarde. Otros experimentan tal terror que saltan fuera de la cama antes de poder impedirlo.

Existe un caso de una mujer que sintió el movimiento del cuerpo astral en el momento de "elevarse dormida" y repercutió con un grito. De un salto se bajó de la cama y salió de la casa a la carrera, antes de que pasara la sensación de terror. Siempre que experimentaba una repercusión lanzaba un grito. Según sus declaraciones, siempre que estaba por dormirse "algo" se colocaba debajo de ella, la

empujaba hacia el aire y luego la dejaba caer con fuerza.

La paciente lo atribuía a su cuerpo físico, observando que siempre ocurría cuando se acostaba de espaldas. Lo que sucedía, en realidad, era lo siguiente: La dama de nuestro caso experimentaba el movimiento del cuerpo astral en el momento de dormirse; esto la asustaba, y entonces repercutió con un grito. (Cuando corría hacia afuera lo hacía, según ella, para poder respirar).

El cuerpo astral parece, ascender con mayor rapidez cuando el sujeto yace de espaldas, también parece existir cierta tendencia a gritar en el momento de la repercusión. ¡Ay! ¡Oh! ¡Uy! Son las exclamaciones más frecuentes en esas circunstancias. Otro sonido proferido comúnmente es una exclamación ahogada, semejante a un gruñido sordo, como si le hubieran pegado a uno un vigoroso golpe en el abdomen, tan vigoroso que forzara la salida del aire a través de las cuerdas vocales.

Si el lector pertenece a aquellos que "no pueden dormir" de espaldas, debido a las desagradables sensaciones antes mencionadas. existen grandes probabilidades de que experimente proyecciones conscientes. Pero es esencial que el sujeto se convenza a sí mismo de que la sensación le resulta agradable y practique la proyección en las fases iniciales del sueño, por ejemplo por medio del sueño del ascensor. No es tan fácil tener éxito si se descansa sobre el lado izquierdo o boca abajo.

RUIDOS REPERCUTIVOS

Las ligeras repercusiones que acompañan al sueño natural y aun las repercusiones más serias experimentadas en los sueños de caídas, suelen ir acompañadas de un ruido peculiar que parece dejarse oír muy cerca del oído o dentro de la cabeza. Uno muy común es "¡Pop!" como si una pelota minúscula hubiera explotado cerca del oído.

Otras veces se oye un "zizzzzzz", y en ciertas ocasiones un sonido dentro del cerebro que hace que el órgano empiece a vibrar. Otro sonido oído frecuentemente es un martilleo seco, bastante semejante al ruido producido por una chispa eléctrica al tocarse los polos positivo y negativo de una batería. Este sonido se percibe, por lo general, en el punto inicial de la proyección, y también en el momento de entrar nuevamente en coincidencia, y parece producirse en la cabeza, cerca de la parte posterior del cráneo.

También en el momento de volver a coincidir ambos cuerpos, suele oírse un rasgueo muy semejante al producido por una cuerda de guitarra al ser tocada; es como si la cuerda, sumamente tensa, comenzara a vibrar dentro de la cabeza. Otras veces el sujeto escucha una palabra claramente articulada; parece sonar muy cerca del oído y a veces, incluso, dentro mismo de la cabeza, como si allí hubiera sido pronunciada.

Lo sorprendente de estos sonidos es la forma en que pueden ser *percibidos* —sí, realmente percibidos— dentro de la propia cabeza. El cerebro parece sacudirse como el parche de un tambor que vibra y resuena al ser batido.[1]

En cierta ocasión en que me hallaba proyectado, estaba parado a tres metros de mi cuerpo físico. En la calle comenzó a ladrar un perro. Oí ladrar al perro con mis oídos físicos, ¡pero lo *sentí* en mi cabeza astral! No se me oculta que esto no es fácil de explicar, pero así sucedió en la realidad. Fue como si mis oídos hubieran estado proyectados y yo pudiese oír el sonido del ladrido dentro de mi cabeza (astral).

Quizás el lector haya oído de personas que son capaces de oler el color. También los sonidos pueden evocar colores. Carrington ha tocado este tema en su libro *Higher Psychical Development.* Es interesante señalar que, en ciertas ocasiones durante la proyección astral, el sujeto puede ver desde distintas partes de su cuerpo astral; así, por ejemplo, puede suceder que esté en el aire en posición horizontal, boca arriba, y vea sin embargo lo que tiene lugar debajo de él, ¡mientras sus ojos miran precisamente en la dirección opuesta! Por lo común, la fuerza del hábito, induce al proyector a servirse de sus ojos, pero esto no es siempre absolutamente necesario. Yo creo más bien todo lo contrario, por lo menos, fuera del radio de acción del cable, si bien es posible que a otros proyectores les suceda. Existen personas capaces de hacerlo en el cuerpo físico. Conozco a un

individuo que parece poseer la facultad de ver con la frente. A. J. Davis dice al comentar sus primeras experiencias en este terreno:

"Después de taparme los ojos físicos con un pañuelo el operador colocó un libro en posición horizontal en una misma línea con la frente, y pude ver y leer el titulo sin la menor vacilación. Esta prueba, como así también muchos otros experimentos similares, fueron luego ampliamente confirmados, quedando así demostrada la posibilidad de la visión con independencia total de los órganos físicos de los sentidos".

Lombroso, al igual que otros autores, menciona muchos casos de personas capaces de ver por medio del plexo solar, con completa independencia de los ojos físicos. En ciertas oportunidades el cuerpo astral es capaz de ver algunos objetos que se hallan a varias millas de distancia; pero lo más frecuente es, en estos casos, que el espíritu se traslade instantáneamente al lugar percibido.

1: Claro está que esto nos recuerda de inmediato el "martilleo en la cabeza" con tanta frecuencia mencionado en el caso de la señora Piper. Esta última lo experimentaba al salir del trance. Este tema ha sido objeto de análisis por parte de diversos investigadores, en el *Proceedings and Journals* de la S. P. R., como así también en otras publicaciones. — H. C.

"LA LUZ": UN FACTOR NEGATIVO

El cuerpo astral se separa del físico con mucha mayor facilidad en la oscuridad total que a la luz. Si bien "la luz", tiene una marcada tendencia a ligar ambos cuerpos, no es menos cierto que en algunos casos puede producirse la proyección pese a la presencia de este factor. Por regla general, sin embargo, solo los proyectores más experimentados pueden hacerlo.

Conociendo pues la influencia de la luz, es posible que el lector se sienta inclinado a suponer que lo más conveniente para sus experiencias proyectivas sea la oscuridad total, como, en efecto, lo aseguran muchos ocultistas; sin embargo, yo por mi parte nunca daría semejante consejo, pues existen muchas razones por las cuales la oscuridad total está lejos de representar una condición ideal para el principiante.

Quizás diga el lector: "Sé perfectamente por qué. Es porque al hallarse exteriorizado uno no podría ver". Pero esa no es la razón, puesto que una vez que el sujeto se halle exteriorizado y dotado del sentido de la vista, la habitación, oscura para los ojos físicos dejará de serlo para el proyector, pues éste estará usando ahora sus ojos astrales; en estas condiciones todo parece iluminado por una luz "neblínosa", tal como la que aparece en los sueños, una luz difusa, ni muy brillante ni muy sombría, que parece atravesar los objetos del mundo material.

¿Le ha sucedido alguna vez al lector dormirse en medio de una completa oscuridad, luego despertarse y

no poder comprender dónde está? ¿No recuerda acaso el desagradable efecto y el desconcierto que produce esta situación en su espíritu? En ese caso el lector recordará que no poseía entonces ningún sentido de la orientación, creyendo que la cabeza estaba donde debían haber estado los pies, o bien que la cabeza había cambiado de lugar, o que la puerta de la habitación no estaba en el lugar donde tendría que haber estado, etc.

Casi todo el mundo ha experimentado una vez u otra un despertar semejante, en medio de la oscuridad más absoluta, privado por completo de su sentido de la orientación. Un amigo mío me relató una vez que una noche se había despertado en medio de la mayor oscuridad y tan confundido estaba que al tratar de encontrar la puerta de su habitación se dirigió exactamente al lado opuesto a aquél en que la puerta estaba en realidad, ¡metiéndose en el ropero! No obstante lo cual insiste en que todo el tiempo había estado perfectamente consciente. Por fin, comenzó a tantear en derredor de la pieza hasta dar con la puerta.

Supongamos, por ejemplo, que un sujeto se acueste con la cabeza a la cabecera de la cama, los pies a los pies de la cama, la ventana a la derecha, la puerta a la izquierda, el ropero a un costado; en otras palabras, que el sujeto se acueste consciente de su orientación. Supongamos que el sujeto se duerma. Si más tarde se despierta y cree hallarse en una posición diferente a la que realmente ocupa, habiendo perdido su sentido de la orientación. ¿Qué habrá pasado?

Quizás el lector crea que ello se debe a que el sujeto no puede ver en la oscuridad, perdiendo en consecuencia su sentido de la orientación. ¿Pero por qué la conciencia que le había indicado antes de dormirse su verdadera posición no le índica ahora que la puerta está a la izquierda? ¿Creerá el lector acaso que es falta de visión? Si así fucra, ¿por qué no pierde el sentido de la orientación cuando entra en una habitación oscura? He aquí la solución del problema:

Supongamos que el sujeto se acuesta perfectamente consciente de su posición; de hecho, podría levantarse inmediatamente después de haberse acostado y salir de la pieza con los ojos cerrados sin necesidad de tropezar con los muebles o de meterse en el ropero, puesto que conoce su verdadera posición y puede prescindir de los ojos. ¿Por qué, en cambio, después de haber dormido cierto tiempo cree el sujeto hallarse en una posición diferente a la ocupada en la realidad? ¿Por qué puede suceder que el sujeto se levante y creyendo caminar hacia la puerta, se dirija al ropero? ¿Qué se ha hecho de aquella conciencia que "sabía" dónde se hallaba el sujeto y podía conducirlo por la habitación con los ojos cerrados? Pues bien, lo que sucede es lo siguiente:

Cuando uno se duerme a astral emerge del físico y puede yacer en un ángulo diferente del mismo. Los sentidos conservan su agudeza durante el sueño, grabando en la mente el hecho de que el cuerpo se encuentra en otra posición. Cuando el sujeto se despierta en el físico, la impresión recibida por el

hecho de que el cuerpo ha estado ocupando una posición distinta lo conduce a imaginarse, al despertar, que sigue todavía ocupando aquella posición, y, puesto que no puede ven no acierta a saber cuál es la posición que realmente ocupa.

De este modo surgen las confusiones antes mencionadas. Que persistirán hasta tanto el sentido de la vista o el tacto no le demuestren que ha sido víctima de una ilusión.

Hay todavía otra explicación posible. Colóquese a una persona en el medio de la calle véndensele los ojos y a pesar de todo, sabrá en qué dirección camina, pues antes de privársela del sentido de la vista era consciente de su orientación. No necesita de los ojos; él "sabe". Pero colóquesele una venda y hágasele dar varias vueltas sobre sí mismo y perderá todo el sentido de la orientación. Y ésa es precisamente la forma en que el cuerpo astral determina, durante el sueño, la falsa creencia en el sujeto de que se halla ocupando una posición que en realidad no ocupa.

Si nos dormimos en una oscuridad completa, es probable que nos despertemos creyendo que nos hallarnos en una posición diferente de la que en realidad ocupamos y no prestemos más atención al episodio, durmiéndonos nuevamente. Si en estas circunstancias, es decir, cuando el sujeto cree estar en una posición diferente de la ocupada en realidad, experimenta una proyección de considerable magnitud, pero repentinamente sucede algo imprevisto que impulse al cuerpo astral de regreso al organismo

físico, la voluntad subconsciente dirigirá al astral hacia el lugar en que el sujeto *creía* hallarse, en lugar de llevarlo directamente al físico.

En caso de que un sueño de caída acompañase al descenso del cuerpo astral, el sujeto tendría la sensación de hacerse pedacitos, sufriendo así una espantosa pesadilla, antes de que la mente subconsciente pudiese desoír la indicación impartida por la mente consciente y comprender el hecho (en sí mismo) de que la indicación consciente era errónea y que el cuerpo físico no yacía en el sito señalado. Claro está que esto no es lo más frecuente, pero la mente puede engañarse realmente por así decirlo. Nadie sabe *positivamente* lo que puede hacer la mente. Tengo entendido que existen pocos casos de personas que hayan experimentado sueños de caída con la sensación final de ser deshechas en pedazos al chocar contra la tierra u otro obstáculo. Personalmente he experimentado algunos de estos sueños tan especiales, pero siempre pude atribuirlos a las causas antes enumeradas.

Otra desagradable sensación que puede sobrevenir como consecuencia de una proyección efectuada en una oscuridad completa, es una especie de disgusto que se apodera del espíritu del sujeto. Esto suele suceder especialmente en los casos de sujetos que han sufrido antes la terrible experiencia de violentas repercusiones en una absoluta oscuridad y privados del sentido de orientación. Si hay algo deprimente es la experiencia de una repercusión violenta,

acompañada de un sueño aterrador, a lo cual se suma en estas circunstancias la incapacidad de ver o comprender la propia posición en el espacio, aun después de haberse recobrado la conciencia.

Por eso me permito aconsejar, especialmente al principiante y más especialmente todavía a aquellos individuos de temperamento nervioso, que siempre dejen entrar luz suficiente en el dormitorio, de modo que en cualquier circunstancia similar a las relatadas anteriormente se halle en condiciones de discernir inmediatamente su verdadera posición en relación con los demás objetos de la habitación. Si hay algo que el sujeto debe desear conservar es su sentido de la orientación, pues esto no solamente implica consecuencias físicas sino que también influye sobre el astral y aun, a veces, sobre la mente subconsciente. Estoy firmemente convencido de que el lector no tardará en comprobar que una ligera penumbra representa la iluminación ideal para la práctica de la proyección del cuerpo astral.

EJEMPLO DE UNA INTERIORIZACION PROVOCADA POR EXCESO DE LUZ

En cierta ocasión tuve una interesante experiencia relacionada con el factor "luz", que pasaré a narrar de inmediato. La habitación en que duermo de ordinario posee una ventana situada exactamente en una misma línea con el farol de la calle. Desde la cama puedo ver la luz a través de la ventana y aquélla, a su

vez, envía sus rayos directamente hacia el dormitorio. La compañía de electricidad local a veces enciende las luces más tarde que otras según la época del año, etc.

Una noche me fui a acostar cuando las luces todavía no habían sido encendidas y pocos instantes después me hallaba en medio de una proyección consciente. Me había elevado por encima del cuerpo físico a una distancia de unos sesenta centímetros. Pero precisamente en este punto, ¡zas! se encendió el farol, inundando de luz la habitación. Inmediatamente sentí el característico resonar de una cuerda rasgueada, seguido de una repercusión. Creo que fue ésta la vibración más larga que jamás haya oído y era como si mi cerebro, dentro del cráneo, temblara furiosamente.

¿Ha escuchado el lector alguna vez el sonido producido por el rasgueo de una uña de acero sobre la cuerda tensa de una guitarra hawaiana? Pues bien; ése es el sonido que tan a menudo acompaña la interiorización. De donde podrá concluir el lector cuán inconveniente es el efecto de una luz excesiva.

No estaría demás agregar aquí que mucha gente que padece pesadillas ha logrado evitarlas durmiendo en piezas parcialmente alumbradas. Pero dejemos ya el problema de la *luz.*

Carrington, citando a Lancelin, incluye los siguientes factores adicionales capaces de influir sobre la proyección astral; yo no los he experimentado personalmente pero los transcribo aquí por el interés

que pudieran reservar para la experiencia particular de cada lector.

Humedad: el aire debe hallarse seco y claro; barómetro alto.

Electricidad atmosférica: en caso de ser elevada perjudica el experimento.

Sexo: preferiblemente masculino para el proyector y femenino para el receptor u "observador" del espectro.

Terceros: en lo posible el proyector y el observador deben hallarse solos.

Este último requisito solo es necesario cuando el experimento es llevado a cabo en colaboración, esto es, cuando el sujeto trata de aparecérsele a un observador o en aquellos casos en que el sujeto considera que la presencia de algún amigo íntimo a su lado, puede beneficiar la operación.

Mi opinión personal es que, por regla general, de nada sirve al sujeto poner al tanto a terceros de lo que intenta realizar. Yo creo que la única ocasión en que los demás pueden ser útiles, a menos que se trate de médiums, es cuando están dormidos. Lo cual no deja de recordar aquella chuscada: "Sí Juancito, tu eres muy bueno..., cuando estás durmiendo".

No intentaré en modo alguno explicar *por qué* la proximidad de otras personas dormidas cerca del proyector parece darle fuerza, pero yo he podido comprobar este hecho positivamente más de una vez.

Como sé también positivamente que la proximidad de terceros despiertos (a menos que se trate de médiums) tiende a crear una fuerza contraria a la proyección, por inmóviles que se encuentren.

REPERCUSION TELEPÁTICA

He aquí una pequeña experiencia con la cual tropecé por azar, pero que luego practiqué deliberadamente con dos sujetos distintos, alcanzando resultados similares. Una calurosa tarde de verano, mi hermanito, que tenía entonces doce años, se acostó en la cama con la intención de hacer una siesta. La idea me pareció buena y entonces yo seguí su ejemplo acostándome al lado suyo.

Entre los dos había un espacio de unos treinta centímetros. Al cabo de cierto tiempo comenzamos a adormilarnos, yo con el pensamiento fijo inconsciente en la proyección astral; no con la intención de proyectarme, sino pensando simplemente, con una especie de indolencia mental, en el aparente milagro que tantas veces había experimentado ya.

Mi mente, en estado completamente laxo, lejos se hallaba de pensar en la persona que yacía a mi lado. Recuerdo perfectamente que estaba pensando en la forma casual en que el cuerpo astral hace abandona del físico. Este pensamiento trajo a otros y así; naturalmente, llegué a pensar en las frecuentes repercusiones del cuerpo. Pero no bien se había

hecho consciente este pensamiento en mi espíritu, mi hermano experimentó una violenta repercusión.

Si esto solo hubiera sucedido en aquella oportunidad, bien pudiéramos haberlo tomado por una coincidencia, pero cuando el mismo hecho se repite numerosas veces se hace necesario suponer que la mente de una persona dada puede influir sobre el movimiento del cuerpo astral. De modo que, a fin de comprobar si este suceso había sido o no el fruto de una simple coincidencia, traté con posterioridad de reproducir las mismas condiciones de la primera experiencia para ver si obtenía un resultado equivalente.

Luego introduje una variante, valiéndome del esfuerzo mental. Me acostaba, por ejemplo, al lado de mi hermano y más o menos en el momento en que éste estaba por dormirse, yo trataba, mediante un esfuerzo de la Voluntad, de hacer "rebotar" el cuerpo astral sobre el físico, después de haber ordenado enérgicamente con el pensamiento durante cierto tiempo, que se proyectase. Pero esto no produjo ningún resultado; los pensamientos conscientes, forzados, no produjeron el mismo efecto que aquellos casuales y tranquilos, —indolentes, podríamos decir— referentes a la proyección astral y las repercusiones.

Más tarde realicé el mismo experimento con dos amigos, llegando al mismo resultado. Los pensamientos tranquilos y casuales sobre la repercusión y la separación, provocaban esta última, en tanto que los pensamientos tensos y voluntariosos no tenían ningún efecto aparente.

Es posible que el sujeto se hallara, al dormirse, en una disposición receptiva y que el pasaje del cuerpo astral a la zona de reposo guardase armonía con los pensamientos provenientes de mi mente en ese sentido, permitiendo un ajuste rítmico entre mi mente y el cuerpo astral que recibía las impresiones por aquélla transmitidas (telepáticamente); finalmente al concentrarse mis pensamientos en la repercusión del cuerpo astral éste, obediente, se había apresurado a retornar al físico.

Estoy firmemente persuadido de que dos personas cualesquiera podrían producir esta repercusión con solo hacer punto por punto lo que dije antes; y si el sujeto que trata de realizar una proyección astral, desea tener algún amigo de confianza cerca suyo para ayudarlo, yo creo que éste será el ejercicio más indicado para practicar en primer término, puesto que "registra", por así decirlo, el momento en que ambas mentes se hallan armonizadas, pudiendo así encontrar el camino conducente a experiencias más vastas. He aquí las instrucciones precisas para llevar a cabo esta experiencia:

El sujeto y su ayudante deben situarse uno al lado del otro, sobre la cama, o dondequiera que se lleve a cabo el experimento. La hora más propicia para efectuarlo es cerca de medianoche, cuando se empieza a experimentar realmente el deseo de dormir. El sujeto no debe pensar en lo que está haciendo, acostándose en la forma más natural posible. El ayudante concentra entonces su pensamiento en el hecho de que el

cuerpo astral del sujeto comienza a elevarse sobre el cuerpo físico.

No debe existir tensión alguna en la mente del ayudante: éste debe limitarse a visualizar, en forma algo indolente, al cuerpo astral del sujeto saliendo del físico a una distancia de unos siete u ocho centímetros —precisamente en el momento en que comienza a "elevarse" dormido—, cuidando siempre de no forzar el pensamiento y dejando que la visualización traiga consigo las ideas asociadas correspondientes relativas al cuerpo astral, incluyendo por fin, las referentes a la repercusión. Con esta última el sujeto debe repercutir.

Todos aquellos que se muestran interesados en los fenómenos ocultos no encontrarán dificultad alguna para alcanzar estos resultados. La armonía entre el sujeto y su ayudante se produce en el momento en que aquél se "eleva" dormido y ejecuta el acto en que se halla pensando el ayudante.

A partir de ese instante los resultados dependen por completo del estado mental del ayudante: éste debe limitarse a pensar y visualizar el cuerpo astral del sujeto situándolo en la zona de reposo y desviando luego su pensamiento hacia el efecto de la repercusión. Podrá observarse entonces que la repercusión no es muy sería, provocando tan solo un malestar momentáneo.

Pese a todo, no creo conveniente practicar la proyección astral con la ayuda de un segundo, pues éste es completamente innecesario cuando el sujeto

conoce a fondo el método a seguir. En estas condiciones, puede alcanzar un control mucho más fuerte, tomándose dueño absoluto de la situación, sin que influencia alguna proveniente de los pensamientos conscientes o inconscientes de terceros pueda perturbarlo en lo más mínimo.

Siempre me ha resultado difícil proyectarme en la proximidad de terceros. Uno de los primeros pensamientos que se imponen al sujeto cuando adquiere conciencia en el cuerpo astral proyectado, es el relativo al cuerpo físico. Lo primero que hace uno entonces, cuando percibe la presencia de alguien cerca del punto en que yace el cuerpo físico es interiorizarse.

A mí, por lo menos, siempre me ha sucedido esto y estoy seguro de que todo proyector sincero admitirá que solo puede mirar con desconfianza a cualquiera que se acerque a su cuerpo físico mientras se halla proyectado. Durante varios años me abstuve de proyectarme a menos que fuera en una habitación cerrada con llave; esto me procuraba, según pude comprobar repetidamente, una sensación íntima de seguridad.

De todos modos quien haga la prueba experimentará los beneficios de esta precaución. En caso de que el sujeto necesitase la presencia de un "observador" durante el experimento, lo mejor sería que éste permaneciese en una habitación contigua, manteniendo las "manos quietas". Y si es necesario, se llegará al extremo de Cristo cuando le dijo a María:

"No me toques". Quizás el lector no haya entendido previamente el significado de esta frase: pero el día en que experimente una proyección consciente no solo verá con claridad este aparente absurdo sino muchos otros que han sido hasta ahora objeto de su perplejidad.

Lo mejor que puede hacerse es no hablar a nadie de las experiencias que se están realizando. Quizás no sea fácil comprenderlo de inmediato, pero si uno tiene realmente el deseo de producir una proyección, lo más ventajoso para lograrlo es siempre mantenerlo enterrado dentro de uno mismo; esto "lo intensifica" y está "intensidad" del deseo provoca la proyección. Si, en cambio el sujeto habla de la proyección, libera, en cierto modo, parte de la "tensión".[2]

2: Esto se halla en estricto acuerdo, por supuesto, con las enseñanzas del "Nuevo Pensamiento" — H. C.

CAPITULO XI

CÓMO PROVOCAR LA "INCAPACIDAD"

Sabemos ya que durante el sueño natural el cuerpo físico se halla más o menos "incapacitado"; pero si se quiere acentuar todavía más esta incapacidad, es necesario aminorar la marcha del pulso. Ya he explicado cómo descubrí este hecho, ideando un método especial para disminuir voluntariamente la velocidad del pulso. Además, las actividades tendientes a aminorar el pulso provocan, como efecto secundario, concentración y relajamiento, con lo cual se torna innecesaria la práctica de ejercicios especiales para obtener estas dos condiciones.

Después que el sujeto se acuesta, lo primero que debe hacer es asumir una cómoda posición horizontal, preferentemente sobre la espalda. En caso de que no tolere la posición yacente de espaldas, puede acostarse sobre el lado derecho. Supongamos que el experimentador adopte la primera actitud, dejando caer los brazos a los costados.

En primer lugar, debe realizar una inspiración profunda reteniendo el aire durante un segundo; entonces debe tratar de enviar el aire hacia la boca del estómago de modo que el diafragma se hinche en ese punto. A continuación se exhalará el aire, dejando los pulmones totalmente vacíos. Esto debe repetirse unas seis u ocho veces. Estas inspiraciones tienen por objeto

producir el relajamiento del plexo solar. Será de suma utilidad aquí, un pequeño consejo extraído del libro sobre la Yoga, de Carrington. Helo aquí:

"Es completamente esencial que el sujeto perciba la relajación del plexo solar; debe ser una sensación como si una flor se 'abriese' en el pecho, exactamente debajo del punto en que se dividen las costillas. En caso de que los músculos se hallen tensos, el sujeto no podrá efectuar sus evoluciones hasta tanto no logre relajarlos. Es necesario concentrarse y adquirir un 'control' suficiente de modo que el relajamiento sobrevenga como efecto natural del deseo del sujeto.

"El plexo es el mayor centro nervioso del cuerpo, fuera del cerebro; él regula el 'sistema simpático', controlando también las funciones digestivas y otras funciones vegetativas; se comprende así que el estómago no deba estar lleno al emprender estos ejercicios de yoga, pues esto haría presión sobre el plexo y también contra el corazón. Esta es una de las principales razones por las cuales es de suma importancia que el estómago se encuentre vacío y que la comida ingerida sea muy liviana".

A continuación el sujeto debe cerrar los ojos e imaginarse su propio ser. Luego, comenzando por el punto superior de la cabeza, debe concentrar el pensamiento en el pericráneo y tratar de moverlo empleando los músculos adecuados. Ahora el pensamiento deberá recaer sobre la mandíbula; el sujeto debe aflojarla y apretarla alternativamente varias veces. Luego lo mismo con el cuello; luego con

los brazos, con los antebrazos y finalmente, con las manos. El segundo paso consiste en recorrer desde la base del cuello, hacia abajo, todas las partes del cuerpo, pensando en cada una de ellas cada vez, y tratando de contraer y relajar los músculos en todos esos puntos, hasta llegar así a los dedos del pie, en forma muy semejante a la de un gato que contrae y relaja sus zarpas cuando runrunea.

Después, el pensamiento se detendrá en el corazón, no en forma tensa, sino abandonándose a esa idea con laxitud. El sujeto percibirá enseguida sus latidos, pudiendo sentirlos en el punto correspondiente del pecho. La mente deberá concentrarse entonces en esos latidos hasta que se hagan muy pronunciados y el individuo pueda sentirlos y oírlos claramente.[1]

Son éstas las mismas pulsaciones que experimenta el proyector en la nuca cuando se halla fuera del cuerpo físico, dentro del radio de acción del cable. En realidad, ésta es la única sensación física auténtica que el sujeto experimenta durante la proyección, a menos que perciba el peso de las ropas que cubren al ser físico, etc. Esto significa que cuando el sujeto se halla dentro del radio de acción del cable es la duplicación de las sensaciones la que le permite sentir los latidos, tal como podría experimentarlos si estuviera en el cuerpo físico. La mejor manera de sentir el pulso antes de la proyección es recostarse sobre el lado izquierdo; sin embargo, esta posición no es recomendable, por otras razones.

Una vez que el principiante haya adquirido la facultad de yacer en forma totalmente laxa, sintiendo y oyendo al mismo tiempo los latidos del corazón dentro del pecho (para lo cual no necesitará más de dos o tres ensayos), el paso siguiente consistirá en adquirir la capacidad de sentir y escuchar los latidos en cualquier parte del cuerpo, mediante la concentración del pensamiento en cada una de esas partes.

Parto de la base de que el sujeto se encuentra ahora en la posición indicada en mis instrucciones, facultado para percibir los latidos del corazón y en un estado general de laxitud mental.

Entonces el sujeto deberá escuchar los latidos cuidadosamente; ¿se perciben bien? Toc—toc—toc. El sujeto se concentra ahora sobre el cuello. ¿Percibe claramente el latido del corazón en el cuello? Toc—toc—toc. Ahora que puede percibir los latidos en el cuello, deberá posar sus pensamientos en las mejillas y no tardará en escucharlos allí. No bien se hayan experimentado nítidamente las pulsaciones en las mejillas, deberá pasarse a la parte superior de la cabeza, centrando el pensamiento en ese punto: toc—toc—toc. ¡Ya es capaz de sentir los latidos en la cabeza!

El proceso siguiente consistirá en percibirlos nuevamente en todos los puntos antes recorridos: las mejillas, el cuello, el pecho, etc., cada vez más abajo. En este instante, el sujeto los percibe en la boca del estómago. El pensamiento debe permanecer fijo en ese punto hasta que los latidos sean bien nítidos. Allí

están: toc—toc—toc. Obtenido esto, el sujeto puede concentrarse un poco más abajo, en la parte inferior del abdomen. En este punto es fácil percibir los latidos, tan fácil casi como en el cuello.

A continuación se pasará a los muslos, los dos a un tiempo. Ya está: toc—toc—toc. Ahora, a las pantorrillas, luego a los pies, a las plantas de los pies (donde se percibirán claramente los latidos del corazón), siempre concentrando el pensamiento en cada punto particular.

Entonces debe regresarse nuevamente a las pantorrillas, y a los muslos. Ahí están las pulsaciones. Después el sujeto pasará a concentrarse en el muslo derecho, dejando de lado al izquierdo. Así, podrá ver que es capaz de percibir los latidos del corazón en cualquier punto en que se pose su pensamiento. En la primera oportunidad en que el lector tenga los pies fríos (literalmente) podrá comprobar por sí mismo el poder de su voluntad, haciendo activar la circulación sanguínea en los mismos mediante el método indicado más arriba.[2]

Si centra su pensamiento en la región del bulbo raquídeo, percibiendo allí los latidos, sabrá entonces exactamente cuál es la sensación experimentada por el espíritu proyectado cuando percibe las pulsaciones a través del cable astral.

Antes de proseguir debo realizar sin embargo, una advertencia. Si el lector es enfermo del corazón, no debe intentar realizar la proyección astral, pues el

corazón que llena en la vida una función irremplazable, decrece considerablemente en su actividad durante la proyección astral. Además, como ya sabe el lector, el bienestar del organismo físico depende, durante la proyección del cuerpo astral de la función respiratoria. Pero sí, por el contrario, el lector posee un corazón perfectamente sano, nada tendrá que temer de estos experimentos.

Habiendo alcanzado ya el sujeto la posibilidad de percibir los latidos del corazón en cualquier parte del cuerpo mediante la concentración de su pensamiento, tendrá que tratar ahora de obtener la reducción del ritmo cardíaco, lo cual no es muy difícil. Lo que se necesita para la proyección astral es un pulso *lento y firme.* Cuando el sujeto se concentre sobre este órgano, deberá suponer que representa una inteligencia, al igual que él mismo, y que es capaz de comprender y obedecer lo que él le manda; ésta es, en realidad, la verdadera situación. El corazón es controlado por una inteligencia que se oculta detrás del mismo; nos referimos a la inteligencia subconsciente. Los pensamientos y la concentración del sujeto pueden considerarse como una segunda inteligencia. De modo pues que si se desea disminuir o aumentar la velocidad de funcionamiento del corazón, deberá partirse del supuesto de que se halla gobernado por la inteligencia.

Quizás el lector haya tratado alguna vez de transmitir mandatos o indicaciones a su mente subconsciente para luego preguntarse inseguro:

"¿Cómo saber si mis órdenes fueron o no acatadas por la inteligencia interior?" Pues bien, en el caso del corazón no hay ninguna dificultad para que llegue a saberlo.

Bastará concentrarse en aquél, pensando que cada vez late más y más lentamente o, por el contrario, cada vez más rápido, según sea el caso; si obedece a esta orden, entonces el sujeto sabrá que ya ejerce cierto control sobre la inteligencia rectora. Además, si se conoce el estado en que la mente consciente se halla y cuando es capaz de controlar al corazón, también se conocerá el estado en que deberá hallarse en cualquier otra circunstancia, por ejemplo, cuando se desea imprimir ciertos pensamientos en la mente subconsciente.

Mucha gente se irrita al pensar que su mente subconsciente no obedece desde la primerísima orden consciente impartida. A muchos les fastidia repetir y repetir una indicación para que la mente subconsciente la obedezca. Pero detengámonos a pensar un instante. ¿Qué pasaría si la inteligencia rectora actuase no bien se hubiese impartido la primera orden? Supóngase que el sujeto pensase que su corazón se ha detenido y que la inteligencia interior obedeciera inmediatamente esa indicación, ¿qué sucedería entonces? Afortunadamente, la mente subconsciente no es tan fácil de controlar; sin embargo, no es tan difícil convencer al pulso de que acelere o disminuya su ritmo.

En resumen: supondremos ahora que el sujeto se encuentra acostado de espaldas, en estado laxo, con los brazos a los costados, y que se halla dotado con la facultad de percibir los latidos del corazón en cualquier parte del cuerpo. Este es el momento de concentrar nuevamente el pensamiento en el corazón y, si su marcha no es regular, deberá afirmarse en el pensamiento la idea de que sí es regular. El sujeto debe esforzarse por captar el ritmo adecuado y marcar el tiempo mentalmente, concentrándose en el latido del corazón con el ritmo adecuado. Este ejercicio se realizará hasta que el corazón marche con regularidad.

Una vez que esto haya sido alcanzado, o bien en el caso de que el corazón palpite con perfecta regularidad desde un principio, el sujeto ya estará listo para concentrar su pensamiento en un ritmo más lento. Solo debe pensar en estas pulsaciones. Debe concentrarse en estos latidos que puede percibir en el pecho y en el corazón. Mentalmente deberá marcarse el tiempo, moviendo ligeramente la cabeza, si es necesario, con cada latido. Después de mantener este ritmo durante varios minutos, deberá comenzar a marcar mentalmente un tiempo más lento, pensando que el corazón empieza a latir más despacio.

De ninguna manera deberá interrumpir su concentración para averiguar si el corazón lo obedece o no, pues esto podrá saberlo naturalmente en su propio cerebro. Continúese pues con el pensamiento concentrado en esta forma, hasta que el corazón marche con el ritmo ordenado. Esto no es ni

cercanamente tan difícil de realizar como podría imaginarse el lector; la mayoría de la gente, sin duda, no tardará en lograrlo después de unas pocas horas.

No nos hallamos en condiciones de precisar la lentitud necesaria en la marcha del corazón para provocar una "incapacidad" física considerable. Como se recordará, mi pulso era, en las oportunidades en que experimentaba proyecciones en forma regular, de 42 pulsaciones por minuto. Esta velocidad no podía considerarse, en modo alguno, peligrosa y sin embargo, provocaba una gran pasividad del cuerpo físico.

Claro está que por lo general las pulsaciones del corazón son más lentas durante el sueño que durante la vigilia; de este modo, si mi corazón latía con un ritmo de 42 pulsaciones por minuto, estando despierto, este ritmo debía disminuir considerablemente al dormirme. Es la circulación de la sangre, entiéndase bien, la que anima, o incapacita al cuerpo físico.

El pulso normal varía según los diferentes individuos, de modo que habrá que considerar por separado cada caso particular. En tanto que el cuerpo físico se halla, hasta cierto punto, naturalmente "incapacitado" durante el sueño, es evidente que una disminución de diez o quince pulsaciones por debajo de lo normal acarreará una incapacidad mucho mayor.

El más indicado para determinar su propio grado de pasividad es, sin duda, el mismo sujeto. El pulso puede reducirse asombrosamente; tanto, que apenas

puede percibirse a veces su latido. Si antes de dormirse el sujeto empieza a sentirse ligeramente enfriado, o cree percibir un soplo fresco de aire sobre las piernas o brazos, tendrá en ello un síntoma evidente de "incapacidad", incapacidad que será todavía más profunda cuando el sujeto se duerma. Debe evitarse, sin embargo, enfriarse al punto de sentirse incómodo. Habrá que tratar en este caso, de procurarse a la vez fresco y comodidad.

Sí pese a todo, al lector no le agrada la idea de disminuir las pulsaciones en su corazón y prefiere experimentar con el grado habitual de pasividad durante el sueño (con pulso normal), puede intentarlo y no es imposible que tenga éxito. Ya sabemos que muchas proyecciones tienen lugar con este simple estado de reposo físico. Claro que cuanto mayor sea la incapacidad, mayores serán las probabilidades de éxito; es por esta razón que he dado las instrucciones necesarias para provocar la incapacidad más profunda.

La zona de reposo, en el sueño natural, se halla condicionada en alto grado por el estado del cuerpo físico; cuanto mayor vida haya en éste, tanto más cerca de la coincidencia permanecerá el astral. El grado de dependencia del cuerpo físico es semejante al que existe en relación con la cantidad de energía almacenada en el condensador (cuerpo astral). Si a una profunda incapacidad se suma un estado de enervación, el astral podrá separarse unos treinta centímetros del físico al dormirse el sujeto.

Por el contrario, si se acuesta sin hallarse cansado, con un exceso de energías —más una gran animación física— es muy posible que no se pueda conciliar el sueño, y en caso de lograrlo, que el astral solo discoincida unos pocos milímetros con el físico. Si el sujeto, al acostarse, presenta un estado de enervación pero sin pasividad física, el astral se separará unos quince centímetros del físico, y así siguiendo para las demás circunstancias, dependiendo la distancia de separación en cada caso, de la intensidad de los factores en juego.

Por regla general el espíritu asciende cada vez más, a medida que el sueño se torna más profundo. Cuando uno "se eleva" dormido, el astral puede hallarse a unos cinco centímetros fuera de coincidencia; pero después de un sueño de algunas horas, el astral puede hallarse a treinta centímetros fuera de coincidencia, debido a que en este tiempo el cuerpo físico se ha tornado cada vez más pasivo. Es por esta razón que la mayoría de las proyecciones tienen lugar después que el sujeto ha dormido varias horas.

Una vez que adquiera la facultad de disminuir el pulso a voluntad, el sujeto se maravillará de la prontitud con que el corazón obedece su mandato; entonces bastarán unos pocos segundos para reducirlo al ritmo deseado. Cuando este ejercicio se domine a la perfección y el control voluntario sobre el órgano sea completo, el sujeto tendrá que hablarle al corazón. Así, le dirá, por ejemplo: "Corazón, ahora tienes que latir

con cincuenta pulsaciones por minuto y así seguirás hasta nuevo aviso".

El sujeto podrá comprobar entonces, con asombro, que el corazón conservará efectivamente este ritmo hasta tanto no se le imparta una nueva orden. Esto es más o menos equivalente a hipnotizar la inteligencia rectora que gobierna el corazón. Pero habrá que cuidarse muy bien de dar primero una orden y luego sacar el reloj para controlar si efectivamente es cumplida, pues esto destruye toda la fuerza del mandato. Y si con todo, el sujeto se empeña en hacerlo, ello se hará por lo menos, en la creencia de que el corazón *late* efectivamente con el ritmo indicado.

El control cardíaco es, hasta donde a mí se me alcanza, el único método seguro para provocar a voluntad la "incapacidad" física.

Su práctica representa un avance inconsciente hacia la "conciencia del yo", requisito éste esencial para la proyección del cuerpo astral. El sujeto debe tratar siempre de reunir todos los factores favorables a la incapacidad del cuerpo físico antes de intentar proyectarse, no importa cuál sea el método empleado para impresionar la Voluntad subconsciente. Y basta por ahora de "incapacidad".

1: Recuérdese que estas pulsaciones no son percibidas con la mano. Las manos deben mantenerse a los costados del cuerpo. El sujeto se limitara a sentir las pulsaciones del corazón en su interior. — S. M.

2: También es posible, mediante una concentración apropiada del pensamiento, expulsar la sangre de las diferentes partes del cuerpo. — S. M.

DESARROLLO DE LA CONCIENCIA DEL YO

Todo aquel que quiera tener éxito en la proyección astral debe mantener fijo el pensamiento en sí mismo; debe estudiarse, interrogarse, tratar, en suma, de conocerse. En todo el mundo solo existe una persona exactamente igual a uno, Uno. Debe dejarse momentáneamente el estudio de otras personas y empezar el del propio ser. No es necesario posar la vista a noventa y dos millones de millas de distancia, sobre el sol, para encontrar algo maravilloso; el sol no encierra más misterios que la propia personalidad.

No bien empieza el sujeto a investigarse a sí mismo en esta forma, descubrirá asombrado cuán poco de sí mismo sabía.

Hace algunos años leí un interesante artículo de un famoso investigador creo que en la revista *Physical Culture,* en el que se afirmaba que la mayoría de las personas no tienen ninguna idea del aspecto que presentan sus espaldas desnudas; nunca han visto su columna vertebral en un espejo, ¡y sin embargo, esta misma gente cree conocerse!

La "conciencia del yo"' es fundamental en la proyección astral; de modo que el principiante deberá aprender desde ya a conocerse a sí mismo. A continuación expondré un ejercicio que a mí me

significó el éxito en varias pruebas y que, sin duda, resultará un auxiliar inestimable para todo proyector astral.

Colóquese una silla delante de un espejo, pues se trata ahora de que el sujeto se confunda consigo mismo. Para ello, deberá estudiarse tan intensamente que el sopor pronto se apodere de su mente y se pierda la facultad de discriminar cuál es el verdadero yo.

El sujeto se halla, pues cómodamente instalado en un sillón, contemplando su imagen en el espejo. No debe pensarse en el espejo ni debe creerse que uno mira un reflejo; hay que convencerse, por lo contrario, de que uno se encuentra *realmente* en el lugar ocupado por la imagen, es decir, que uno no está en su cuerpo real.

Trátese entonces de escudriñar al propio ser cuidadosamente, procurando descubrir todos los detalles que antes hubieran pasado inadvertidos. Examínese el verdadero color del cabello, la verdadera expresión de los ojos, la verdadera forma de la nariz. Obsérvense los pómulos, el vello debajo de la barbilla, los barritos de la frente, los pequeños surcos a los lados de la nariz. Claro está que hay bastantes cosas que mirar y estudiar y por largo tiempo; pues bien, el examen no debe abandonarse hasta no haber agotado todas las posibilidades de análisis.

Una vez finalizada esta exhaustiva inspección, el sujeto deberá pararse frente al espejo, fijando la vista en los ojos. Manténganse los ojos fijos en los ojos de

la imagen reflejada. Si es necesario se pestañeará, pero sin sacar los ojos de los de la imagen. ¿Empieza el sujeto a sentirse flojo? ¿Comienzan a balancearse ligeramente de un lado a otro? Pues bien, eso es precisamente lo que debe hacer.

A continuación, habrá que sentarse nuevamente en la silla mirando siempre en los ojos del espejo. Simultáneamente, repítase el *propio* nombre una y otra vez, en forma clara y monótona. Esto produce un efecto muy sutil sobre la mente. Si después de algunos instantes, los ojos parecen enturbiarse u oscurecerse, no debe permitirse que esto perturbe la fijeza de la mirada, manteniéndola, por el contrario, perpetuamente clavada en los ojos de la imagen.

Esta ilusión del yo "despista" al cuerpo astral, pues hace creer a la mente subconsciente que es la imagen reflejada el verdadero yo. Por lo común, si el sujeto se duerme en este momento, la indicación en este sentido es tan vehemente que impulsa a la Voluntad subconsciente, poniéndola en actividad, y ésta, a su vez, conduce al cuerpo astral hacia el lugar en que la mente interior cree que se halla el verdadero ser.

Téngase siempre presente que no importa en lo más mínimo la mayor o menor veracidad de la indicación proveniente de la mente subconsciente; si la mente se engaña en la creencia de que el propio ser se encuentra en el punto reflejado en el espejo, imprime en la Voluntad subconsciente la idea correspondiente. Esta prueba puede practicarse por la noche, tratando de conciliar el sueño en la silla; o bien puede

ensayarse en un momento en que el sujeto se halle "muerto de cansancio"; entonces habrá que acostarse de un salto y dormirse de inmediato, conservando presente en el pensamiento aquella visión.

Casi no hace falta decir que en este ejercicio el sujeto tendrá que utilizar sus ojos reflejados en el espejo, al igual que una bola de cristal. No estaría de más, por otra parte, estudiar la forma adecuada de mirar en una esfera de cristal, aplicándola luego a este ejercicio; desgraciadamente no podemos dedicar aquí otra consideración al respecto. De todos modos, es éste un ejercicio excelente, pues implica los requisitos específicos de la proyección astral.

DINAMIZACION DE LA PROYECCION

Uno de los mejores auxiliares de la proyección del cuerpo astral es la "comprensión de los fenómenos astrales"; esto es, el conocimiento de los verdaderos hechos y actividades que configuran el comportamiento del cuerpo astral y las causas de los mismos. Estos deben grabarse indeleblemente en el pensamiento. Muchas veces esta comprensión resplandece de pronto en la mente del sujeto, asombrándolo y maravillándolo de que nunca con anterioridad hubiera percibido realidades tan evidentes. Es posible que muchos de mis lectores abran los ojos por primera vez a los fenómenos del yo, y que, después de estudiarlos, empiecen a experimentar de inmediato los síntomas de la actividad

del cuerpo astral, síntomas que antes siempre habían sido pasados por alto. El lector tendrá que leer sobre el fenómeno, pensar en el fenómeno y practicarlo intensamente, si realmente quiere llegar a ser un proyector astral. La comprensión del proceso debe arraigarse en la mente tan profundamente que llegue a convertirse en parte de la propia vida. La consagración al estudio de la proyección astral deberá ser tan absoluta, que el estudiante no tolere la menor interrupción durante su aprendizaje.

He aquí, pues, el gran secreto para conseguir que el fenómeno se "exprese" ante uno. Entiéndase bien que estamos tratando ahora de otro método para provocar la proyección del cuerpo astral, método que consiste en la "impresión de la proyección astral en el pensamiento". Este es un procedimiento directo; cuando llega a convertirse en parte de la mente subconsciente, la mente comienza a tornarse obsesionada por el conocimiento de que el cuerpo astral puede existir con independencia del físico no pareciendo haber, por lo tanto, ningún obstáculo para que el cuerpo astral no se proyecte fuera de él.

¿Comprende el lector lo que esto significa? El sujeto debe impregnar su mente subconsciente en tal medida con la idea de la *proyección astral* que ésta no tarde convertirse en una obsesión. Esto puede lograrse mediante la mente consciente, a través de un tenaz *estudio del arte,* de la *práctica del arte* y de la *meditación sobre el arte.* Ante todo, el sujeto deberá alentar una gran ambición: proyectar el cuerpo astral.

Deberá empaparse en esta única aspiración y de este modo, no solo estará creando un deseo vehemente —que la mente subconsciente (que ya sabe todo lo relativo a la proyección) tratará de aplacar— sino que también estará contribuyendo a la formación de un hábito profundo; en poco tiempo, el sujeto empezará a soñar frecuentemente con el fenómeno.

Esto es particularmente probable si antes de acostarse dedica un par de horas a la lectura de un artículo sobre el proceso y luego se duerme con éste en su pensamiento. Y recuérdese bien que el soñar con la proyección astral (esto es, soñar que el cuerpo astral puede hacer y hace todas las cosas allí relatadas) implica la seguridad positiva de experimentar, tarde o temprano, la proyección del cuerpo astral. ¿Cómo podría haber soñado el lector con este fenómeno, si todavía no lo comprendía perfectamente? ¡Si hasta es probable que ni siquiera supiera de la existencia del cuerpo astral! Ahora, en cambio, puede impregnarse hasta tal punto la mente en la comprensión del fenómeno, que su visión se hace nítida en el pensamiento, empezando a constituir una parte de su vida y, sobre todo, de sus *sueños.*

Sé positivamente que soñar con la proyección astral determina en la práctica la proyección. Hasta un sueño producido por el temor de proyectarse, puede extraer al cuerpo onírico. Pasaré a explicar ahora cómo el miedo puede constituir a veces un factor negativo y otras, positivo, para la proyección, según las

circunstancias especiales en que el miedo se manifieste.

En mis primeras experiencias de proyección consciente —debo confesarlo— solía tener miedo, no durante la proyección (y esto es lo extraño) sino antes de dormirme. Lo milagroso del proceso se apoderaba de mi pensamiento hasta extremos que las palabras no pueden expresar; su idea me poseía con mayor fuerza, que deseo, pensamiento, o ansiedad alguna.

No sé en qué forma me hice la idea (quizás por haber oído hablar a otros de ello) de que toda clase de asesinos, malhechores y demonios habitaban en el plano astral, a la espera de víctimas propicias. Un eminente espiritista me advirtió que era posible que algún genio maligno influyera sobre mí durante la proyección, o que se introdujese en mi cuerpo físico, impidiéndome regresar nuevamente al mismo.

Reconozco que esto me daba miedo, tanto miedo, que las primeras veces sentía verdadero terror antes de dormirme. Entonces todo el proceso se instalaba nítidamente en mi pensamiento, nada más que por el miedo de proyectarme y ser aprisionado por algún monstruo astral.

¿Cómo actuaba este miedo? Precisamente, haciendo las proyecciones más frecuentes, pues mi espíritu se hallaba impregnado con el conocimiento de todo el proceso; además, ese mismo miedo que lo intensificaba, contribuía a exteriorizar la energía

neural, haciéndome más propicio aún a las grandes separaciones.

Y, noche a noche, para mi infortunio, el cuerpo astral abandonaba al físico obedeciendo las órdenes de la mente subconsciente. Muchas veces me despertaba en medio de un sueño proyectivo para descubrir que realmente se había proyectado mi astral durante el sueño. Las repercusiones eran cosa de todas las noches. Pero el hecho que más me desconcertaba era éste: ¿por qué sentía yo tanto terror cuando me hallaba en el físico o al despertarme en el astral dentro del radio de acción del cable (con el resultado forzoso de una repercusión) en tanto que, cuando me hallaba libre, esto es, —cuando despertaba fuera del radio de acción del cable— no experimentaba el menor temor?

Esta comprobación me impresionó profundamente; ¿por qué desaparecía así el miedo? Era el mío similar al caso de un jugador de fútbol antes de un partido, o de un boxeador antes de una pelea, que se sienten morir de miedo o de nervios, para recobrarse luego repentinamente, al entrar en acción. Era ésta exactamente, la sensación que Yo experimentaba.[3] Después de un tiempo, tanto llegué a acostumbrarme a las proyecciones que empezaron a gustarme; los demonios astrales no parecían preocuparse mayormente por mi persona y las veces que me encontré con alguno no me parecieron muy diferentes de la gente que siempre había conocido.

No bien desapareció el miedo a las proyecciones, advertí que éstas empezaban a ocurrir con menos

frecuencia. Pero cuando el deseo de producirlas reemplazó al miedo, advertí que aumentaban nuevamente. Yo sé ahora que el *miedo* y el *deseo* producen efectos similares sobre la mente subconsciente, configurando la orden de proyectar al astral durante el sueño. Mi mente subconsciente se hallaba, pues, saturada con el conocimiento de lo que mi cuerpo astral era capaz de hacer y con el deseo de hacerlo.

También el lector puede llegar a proyectarse de esta forma. Simplemente tendrá que dinamizar su mente subconsciente con un conocimiento y deseo verdaderos de la proyección astral. Con la mente así dinamizada, le bastará dormirse para proyectarse. La mente subconsciente puede llegar a saturarse con este conocimiento y deseo por medio de la mente consciente, es decir, pensando en la proyección, practicándola y leyendo acerca de la misma con la mayor frecuencia.

Hay que leer sobre la proyección antes de irse a dormir. Hay que concentrar el pensamiento en la trayectoria que habrá de recorrer el fantasma durante la proyección. Esto último es de la mayor importancia; yo he comprobado que una vez que la mente se halla dinamizada, constituye una de las fuerzas más grandes para la consecución del éxito. Pero claro está que el lector no hubiera podido hacer esto con anterioridad, ya que nadie le había dicho cuál es el recorrido exacto e invariable del espíritu durante la

proyección; ahora, con la ayuda de este libro, la tarea se verá altamente simplificada.

Cuando en adelante nos refiramos a la "dinamización" de la proyección, solo significaremos la saturación de la mente subconsciente con el *conocimiento* y el *deseo* de la proyección astral. Esta saturación de la mente subconsciente se alcanza mediante la mente consciente, la Voluntad consciente.

3: El lector puede tener la certeza de que la proyección del cuerpo astral puede ser, en realidad, cualquier cosa menos lo que la imaginación supone que es. Es la errónea concepción de la mente la que produce disgusto en el sujeto y no la proyección real. Indudablemente, esto vale también para la proyección permanente (muerte). — S. M.

¿QUE ES LA "VOLUNTAD"?

El lector podría preguntarse en qué consiste la Voluntad. Veamos lo que C. Franklin Leavitt dice al respecto:

"Se han dicho una cantidad de tonterías sobre la educación de la Voluntad. La mayoría de los libros que sobre ella tratan no llevan a ninguna parte, pues no explican en absoluto el proceso del Querer."

"Tenemos la costumbre de pensar que 'Querer' significa forzarse **a** hacer algo, o entrar en acción."

"Significa sí, obligarse a hacer algo y significa también entrar en acción, pero Mentalmente. Querer significa un esfuerzo de La Atención. William James señala que

a esto se limita simplemente la Voluntad, es decir, a la Atención. La voluntad consiste, simplemente, en conservar la atención sobre cierto pensamiento o idea hasta que llene por completo la mente, desalojando todas las demás ideas de la conciencia."

"No existe pues, ninguna dificultad en obligarse a hacer algo, si no se permite la entrada en la mente a ninguna otra idea. Y en efecto, las ideas que lo impulsan a uno hacia la Acción son las mismas que dominan la conciencia, las que se adueñan de la atención... Hay que pensar resueltamente, con determinación. Hay que idear planes para llevar a efecto los pensamientos. Hay que concentrarse. Hay que arrojar bien lejos, todos los pensamientos perturbadores. Así no se tardará mucho para poder empezar a comportarse de acuerdo con aquellos pensamientos."

Una vez adquirida esta "dinamización proyectiva", una vez saturada por completo la mente subconsciente con el conocimiento y el deseo de la proyección astral, se podrá dar por cumplida la parte más difícil de la tarea. Pero recuérdese, ante todo, que la mente debe ser dominada por el conocimiento y el deseo del proceso, pues es esta presión conjunta la que ha de abrirse paso hacia la superficie de la mente durante el sueño. Cuando el sujeto conoce su arte y el deseo estimula a la Voluntad subconsciente, la realización de una proyección astral se torna un juego de niños.

SUEÑOS PROYECTIVOS TIPICOS

La "dinamización proyectiva" debe producir sueños proyectivos. Siempre que el astral se halle en estado parcialmente consciente y que la "tendencia" (tendencia hacia la proyección) se muestre activa durante el sueño. El contenido de un sueño proyectivo depende del grado de comprensión de los fenómenos astrales que tenga el sujeto; es de vital importancia, por consiguiente, poseer un conocimiento acabado do todos los pormenores que rodean a las actividades del astral después de la separación.

Volvamos ahora al principio fundamental del control onírico: tratar de soñar un sueño veraz con respecto al fantasma. La forma más sencilla de provocar un sueño de este tipo es hacer que la comprensión de la proyección y el deseo de realizarla se apoderen hasta tal punto del pensamiento, que el sujeto no pueda dormirse sin pensar en ello. Entonces, cuando se duerma, la "tendencia" dejará sentir su efecto. Es ella quien realiza toda la operación. Consiste en este caso en sugerir hacer precisamente aquello que se está tratando de hacer. Como se recordará, dijimos antes que el "control onírico" es el método más fácil para lograr la proyección del cuerpo astral. Pues bien, lo que ahora decimos es que la "dinamización proyectiva" es el método más simple para alcanzar el control onírico, pues la dinamización del conocimiento de los movimientos del cuerpo astral y del deseo de realizarlos, determinan el surgimiento del sueño adecuado. Durante muchos años mi mente se halló

completamente "dinamizada" con la proyección; en realidad, no podía pensar sino en la proyección del cuerpo astral ni podía soñar sino con la proyección, noche a noche, y en muchos de estos sueños me sucedía despertarme para encontrarme proyectado.

Solía soñar (en el sueño proyectivo) que me hallaba acostado en posición horizontal encima exactamente de mi cuerpo físico (aun cuando supiera en el sueño que estaba soñando; he ahí la parte difícil de captar) y luego soñaba que me desplazaba a lo largo de la trayectoria recorrida en la realidad por el astral.

Uno se halla tan cerca de la verdadera conciencia cuando sueña que está soñando y se trata de un sueño proyectivo, que aparentemente, esta verdadera conciencia se ve forzada a intervenir. En esta forma tenía lugar la mayoría de mis proyecciones conscientes.

Otras veces el sueño asumía otra forma. En lugar de soñar que me elevaba en el cuerpo astral, me parecía estar parado de costado, observando cómo se proyectaba el cuerpo astral y entonces, después de unos instantes me *introducía* en éste y luego continuaba soñando que me hallaba allí, o bien me despertaba realmente en el mismo.

Existen varias explicaciones posibles, aunque puramente teóricas, que pueden arrojar luz sobre este punto. En efecto, cierta vez advertí que en el momento en que soñaba que me introducía en el cuerpo astral (ya proyectado), empezaba a tomarme consciente *en*

ese cuerpo. Recuérdese que la "conciencia" abandona al astral cuando se produce la "inconsciencia". No es la salida del cuerpo astral lo que determina la inconsciencia. En modo alguno, pues el cuerpo astral puede estar *consciente* fuera del cuerpo físico, y el cuerpo astral puede estar *inconsciente* fuera del cuerpo físico y el cuerpo astral puede estar *inconsciente* dentro del cuerpo físico.

El hecho de que el cuerpo astral se mueva hacía la zona de reposo durante el sueño no indica en modo alguno, que la salida del astral sea la causa de la inconsciencia. Sucede simplemente que las cosas son así. En efecto, la salida del astral por un lado, y la intervención de la inconsciencia, por el otro, fenómenos ambos que tienen lugar generalmente en forma casi simultánea, constituyen dos funciones completamente independientes.

Si nos tornáramos inconscientes cada vez que el astral abandona el cuerpo físico, la proyección astral consciente sería un mito. Muchas personas pueden, de hecho, moverse hacia la zona de reposo durante el estado hipnagógico —siendo la discoincidencia de poco más de medio centímetro— y conservarse conscientes todavía, pero sin darse cuenta de la separación, experimentando luego una brusca repercusión dentro del cuerpo físico.

Esto es sumamente frecuente. Dado que la inconsciencia sobreviene generalmente cuando el sujeto empieza a dormirse — exactamente unos instantes antes de efectuar el tránsito hacia la zona de

reposo— muchos ocultistas han caído en el error de suponer que la salida del cuerpo astral del físico es la *causa* de la inconsciencia.

También la inversa es cierta, es decir, que podemos hallarnos inconscientes dentro del cuerpo físico desde cierto tiempo antes de que el astral salga a la zona de reposo. Este es el caso más frecuente cuando el organismo se halla bajo los efectos de algún estimulante. Como se ve existen algunas excepciones a la regla que gobierna el pasaje del cuerpo astral a la zona de reposo. De todos modos, el principio general es que el astral entra en la zona de reposo inmediatamente después de haberse producido la inconsciencia.

Según los individuos, el tiempo que media entre la pérdida de la conciencia y la salida del astral puede ser mayor o menor, dependiendo las variaciones de la naturaleza intrínseca de cada sujeto. Como puede verse fácilmente, para realizar una proyección consciente —desde el comienzo de la misma— el tipo de sujeto más indicado es aquél que inicia el tránsito hacia la zona de quietud antes de que sobrevenga la inconsciencia. Sobre esta peculiaridad del individuo influyen diversos factores: temperamento, incapacidad, etc., según hemos visto.

Puesto que sabemos que es la salida de la conciencia del cuerpo *astral,* lo que produce la inconsciencia, podríamos explicar en esta forma aquel sueño en que uno sueña que está proyectado en el cuerpo astral, pero separado de ese cuerpo, debido a que la

verdadera conciencia se halla fuera del astral. Y esta teoría parece tornarse todavía más probable en aquellos casos de sueños proyectivos, en que el sujeto se halla fuera del cuerpo astral contemplando sus movimientos, y luego se introduce en el cuerpo, adquiriendo conciencia en el mismo, en el momento en que sueña que se introduce.

Ahora bien; si la conciencia plena abandona al cuerpo cuando el astral se halla inconsciente, la conciencia debe abandonar al cuerpo parcialmente cuando éste se halla parcialmente consciente. Y en un sueño de esta naturaleza —cuando uno sueña que observa los movimientos del cuerpo astral y luego se introduce en éste— ¿no es posible que una parte de la conciencia que escapó del cuerpo fuera capaz de comprensión real? O quizás esto se explique suponiendo la existencia de un cuerpo más refinado, coincidente con el astral, que en el transcurso de este sueño se separara de aquél y lo contemplara mientras recorriese su trayectoria, para volver a introducirse, finalmente en el astral.[4]

De todas maneras, estos son los dos sueños proyectivos típicos que se experimentan cuando se sueña con la proyección. Primero, aquél en que uno se halla en el cuerpo astral y recorre la trayectoria del espíritu durante la proyección. Segundo, aquél en que uno se mantiene de pie separado del astral, observando sus movimientos a lo largo de la trayectoria habitual, para luego introducirse en el mismo.

Si nos detenemos un minuto a recordar algo que hemos explicado con anterioridad, veremos que a veces puede observarse al cuerpo astral desde los ojos físicos, debido al circuito visual que corre a lo largo del cable. Ahora bien; si uno puede ver esto estando consciente, ¿por qué no habría de verlo cuando esté parcialmente consciente (soñando que se halla de pie mirando los movimientos del cuerpo astral)? Yo creo, por mi parte, que esta podría ser una plausible explicación de este tipo de sueños proyectivos.

La forma más directa, y por cierto, la más sensata, de crear una "tendencia" adecuada en la mente subconsciente, a fin de que se manifieste durante el sueño, es sin duda, la que ya señalamos antes, es decir, la "dinamización proyectiva". ¿En virtud de qué —me pregunto yo— habría el sujeto de complicarse la vida tratando de saturar su mente con un hábito no relacionado con la proyección del cuerpo astral, por la sóla razón de que la tendencia hacia ese hábito es capaz de impresionar a la Voluntad subconsciente, cuando puede, en cambio, saturarse la mente en la misma forma con el conocimiento del arte y el deseo, de ejecutarlo, adquiriendo así la facultad de soñar directamente los procesos proyectivos que tienen lugar, en lugar de soñar un hábito cualquiera, digamos por ejemplo, su rutina cotidiana?

4: Esto estaría de acuerdo, por supuesto, con el "cuerpo mental" de los Teósofos y**,** en cierto modo, podría decirse que representa una prueba experimental de la realidad del mismo. — H. C.

COMO INCREMENTAR LA TENDENCIA DE LA RUTINA

De todos modos, si el lector se empeñara sin embargo, en imponer la tendencia de la rutina a la mente subconsciente, tendría que concentrar toda su Fuerza de Voluntad consciente sobre la rutina. En tal caso, el sujeto deberá aferrarse con determinación siempre a las mismas tareas diarias, sin apartarse nunca de las mismas en ninguna circunstancia.

Hay que acostarse a horario, y levantarse a horario, comer a horas fijas, ejecutar diariamente las obligaciones usuales, en forma regular y concienzuda, etc., hasta que la rutina se convierta en una parte de la vida del sujeto, hasta que la mente haya desalojado de su campo toda impresión extraña y el individuo se comporte casi automáticamente. Con la mente así saturada por la "tendencia" del hábito, el sujeto deberá visualizarse a sí mismo realizando la diaria rutina, en el momento de "elevarse" dormido, cuidando de asegurar la completa pasividad del cuerpo físico antes de practicar la visualización.

La Voluntad subconsciente actuará de acuerdo con la fuerza de la indicación. Nosotros nos apegamos a un hábito por una de estas dos razones o quizás, en algunos casos, por las dos: 1) Porque *deseamos* realizar una tarea dada y 2) porque la necesidad nos obliga a realizar esa tarea.

Si esto es cierto, la "tendencia" de la rutina habrá de impresionar a la Voluntad subconsciente en

consecuencia. Si el sujeto desea la rutina, la Voluntad subconsciente habrá de mover al cuerpo con mayor facilidad que si aquél se forzara a sí mismo en la ejecución de la rutina, por pura necesidad; esto significa, simplemente, que el deseo sumado al hábito domina a la Voluntad subconsciente en forma más completa que el hábito solo.

La dinamización proyectiva es mucho más fácil de imprimir sobre la mente subconsciente que la dinamización de la rutina, pues ésta es demasiado vulgar para "apoderarse" de la mente con la misma fuerza que la proyección astral. Siempre es mayor el efecto sobre el pensamiento de lo supra-normal que de lo normal. A mi juicio, el método de la proyección astral basado en la tenacidad de un hábito es, con mucho, el más difícil de todos; y, si ha de juzgarse por la naturaleza humana, no podrá negarse que la mayoría de la gente no habrá de sentirse especialmente inclinada a aferrarse con gran tenacidad a su diaria y vulgar rutina. La *dinamización proyectiva* aventaja a la *dinamización de la rutina* en la producción de la proyección astral, en la misma medida en que el barco de vapor aventaja al de velas. Con todo, ambos son buenos y siempre terminan por llevar al destino perseguido.

Hay que crearse un fuerte hábito del estudio de la proyección astral; hay que convertir la práctica de este arte en una rutina y hay que desear la facultad de proyectarse en el astral con tanta vehemencia que la mente llegue a ser dominada por la "proyección

astral". Debe lograrse una pasividad completa del cuerpo físico y "elevarse" dormido, visualizando la trayectoria recorrida invariablemente por el astral en la proyección. Esa es la forma de proyectarse a voluntad.

Quizás el lector piense que, después de todo, es bastante difícil proyectar al cuerpo etéreo; pero si se piensa en que las causas de este fenómeno surgen a veces en forma desconocida, se comprenderá que hacer entrar en juego intencionalmente a estas mismas causas no es, al fin y al cabo tan sencillo.

COMO INCREMENTAR LA TENDENCIA DE LA SED

Cuando se intente promover una "tendencia" del tipo de los deseos, se comprobará que es el deseo de beber el más fácil de estimular y el que con más vigor puede imprimirse en la mente subconsciente. Y si el lector no se convence de que la sed es el factor creador de tendencias más poderoso, pues no tiene más que probar cuánto tiempo puede estar sin tomar agua... Beber es una necesidad. La sed debe ser saciada. La mente adopta la determinación de satisfacer el deseo y, al proyectarse el cuerpo astral, la Voluntad subconsciente actúa en consecuencia.

He aquí un método cuya eficacia he podido comprobar repetidas veces:

El sujeto empieza por privarse de beber durante un considerable lapso antes de ir a acostarse (se descuenta, por supuesto, que la experiencia se

ensayará por la noche, al irse uno a dormir). La duración del lapso en el cual el sujeto debe privarse de beber debe ser calculada por él mismo, dado que las condiciones varían con los diferentes individuos.

Suele ser conveniente empezar por la mañana, de modo que el deseo de beber se torne suficientemente intenso a medida que avanza el día: en caso de hacerse angustioso puede tornarse un sorbo de agua periódicamente para amortiguar la ansiedad. Al llegar la noche, si el deseo se vuelve demasiado intenso, el sujeto deberá tomar unos sorbos de agua salada. El deseo quedará así satisfecho, en cierta medida, por un breve lapso, para luego retomar con más vehemencia que antes.

Además, en el transcurso del día puede acrecentarse el deseo de beber, fingiendo que se va a beber, pensando en beber, mirando el agua sin tocarla, etc. Antes de acostarse, se colocará un vaso de agua fría en algún lugar en que el sujeto tenga la costumbre de beber; digamos, por ejemplo, en la pileta de la cocina. El sujeto puede sentarse en una silla y mirar el vaso de agua, concentrando el pensamiento en su deseo de beber.

Se mantendrá la vista fija en el agua, al tiempo que se concentra el pensamiento en el cuerpo astral, visualizándolo al abandonar el organismo físico en la habitación en que el sujeto duerme y se representará mentalmente su viaje hacia la cocina para aplacar la sed con el agua que sus ojos están clavados. No debe abandonarse ni un momento esta visión del camino

que el astral habrá de recorrer después de proyectarse. Repítase este proceso mental una y otra vez, manteniéndose la vista fija siempre en el vaso.

Llega entonces el momento de ir a acostarse y dormir. El sujeto tendrá sed, pero olvidándose por ahora de su sed, tendrá que pensar en el corazón, a fin de disminuir el pulso por medio de la concentración del pensamiento en el mismo. Si el sujeto no consigue conciliar el sueño puede tomar otro sorbo de agua, preferentemente salada, de modo tal que el deseo se acentúe todavía más después de haberse conciliado el sueño.

El mismo hecho de que el sujeto encuentre difícil dormirse, demuestra que la tendencia de la sed es de una fuerza inusitada: pues bien, es esta misma fuerza, que lo mantiene al sujeto despierto, la que habrá de poner en acción a la Voluntad subconsciente para mover al cuerpo astral, durante el sueño.

Al caer dormido, el sujeto debe seguir pensando en el vaso de agua; debe pensar también en la salida del cuerpo astral y en su trayectoria hacia el vaso. Si el cuerpo físico ha sido adecuadamente "incapacitado" el cuerpo astral saldrá del físico durante el sueño para tratar de aplacar el deseo. La trayectoria pensada de antemano se impondrá por sí sola y el astral no tendrá más remedio que seguirla.

Es necesario dejar sentado que se trata en este caso de un ejercicio extremo; en efecto, en esta forma se consigue mover al cuerpo astral con suma facilidad,

pues el solo deseo de agua basta, de hecho, para mover al astral y todo lo que se limita a hacer la mente es conducir al cuerpo hacia un lugar cualquiera donde pueda beber, sin importar que el recorrido haya sido o no preparado de antemano. Sin embargo, si el sujeto toma todas las precauciones antes enunciadas, podrá estar más seguro del éxito.

Después de haber practicado este ejercicio por algún tiempo, deberán analizarse los sueños a fin de establecer si éstos corresponden con los movimientos reales del astral. Puede ser, incluso, si el sujeto tiene suerte, que adquiera conciencia durante la proyección. Si no lo consigue, deberá concentrarse en el hecho (mientras practique el ejercicio) de que *debe* despertarse al llegar al vaso de agua. El sujeto debe representarse a sí mismo en el momento de tornarse consciente, al tocar el vaso de agua. Entonces, cuando se proyecte y toque el vaso —al menos el espacio en que se encuentra el vaso— la indicación de tornarse consciente se impondrá por sí misma.

En forma similar puede estimularse también el deseo de comer, intensificándolo con el mismo procedimiento antes indicado para el agua. Esto no es tan desagradable como el método de la sed. Si el sujeto es muy "comilón", el método resultará; pero, si por el contrario, se trata de una de esas personas a quienes la comida les resulta casi indiferente, la "tendencia" creada por el ayuno no será lo bastante vehemente para apoderarse por completo de su pensamiento.

El individuo puede idear su propio método, cuando estimule la tendencia del hambre, pues si a esta altura no comprende todavía los principios involucrados en la proyección del cuerpo astral, esto significa que no se halla preparado todavía para practicarla. Al referirse a la exteriorización en su libro sobre el Yoga, Carrington dice:

"El primer paso consiste en abstenerse de probar todo alimento v bebida estimulante. Las glándulas pituitaria y pineal son excesivamente estimuladas, según se cree, por estos agentes, lo cual perturba la circulación sanguínea en el cerebro." Este es otro factor que el lector debe tener siempre presente cuando intente realizar una proyección astral, pues la ingestión de bebidas y alimentos estimulantes conspira contra la "incapacitación" del cuerpo físico.

Ya hemos dicho que existen algunos alimentos que influyen sobre el cuerpo astral y, como se recordará, algunos investigadores han llegado a afirmar, incluso, la existencia de una dieta específica para aflojar el cuerpo astral, como así también la de otras indicadas para ajustarlo. Sea ello lo que fuere, por mi parte creo haber probado más dietas que persona alguna en el mundo, con el fin de aflojar al miembro astral, arribando finalmente a la conclusión de que, si bien es cierto que algunos alimentos tienden a aflojar al astral, su efecto es demasiado insignificante para ser tenido en cuenta.

Es la tendencia imperante en la mente la que proyecta al cuerpo y no hay alimento alguno capaz de crear una

tendencia adecuada. A mi juicio, lo único que conseguirá el lector si intenta obtener la proyección astral mediante ciertas dietas, será una gran desilusión a menos que, claro está, la dieta produzca hambre, a semejanza de un ayuno corriente, o a menos que la dieta favorezca la incapacidad, facilitando así la entrada de otros factores en juego. Esto es todo lo que puede hacer una *dieta,* es decir, ayudar la acción de los factores fundamentales de la proyección.

LA PROYECCION HACIA EL AGUA

En cierta ocasión, mientras experimentaba con la *tendencia de la sed,* me ocurrió lo siguiente: Al pie de una loma cubierta de bosques que alcanza a verse desde donde escribo estas líneas, hay una fuente que brota de las raíces de un árbol. Si quisiera llegar hasta la fuente tendría que atravesar el camino que pasa frente a mi casa, recorrer cerca de un cuarto de milla a lo largo del río hasta llegar a un puente, cruzar el puente y atravesar una pequeña distancia a lo largo de las vías del ferrocarril, llegando así al lugar en que los rieles se aproximan al pie de la loma.

Tiempo atrás tenía la costumbre de recorrer frecuentemente ese camino y sentarme al pie del manantial. Una de las cosas que más me encantaban era arrodillarme a beber (cosa que, por lo demás, todavía me gusta), de modo que siempre me las arreglaba para hacer un paseo hasta la fuente y beber de su agua.

No sé por qué razón, pero lo cierto es que el agua del manantial me gustaba mucho más que la del pueblo. Así pues, una tarde atravesé el río, en dirección a la fuente, como de costumbre, llevando un recipiente para traer agua al regresar. Esa noche volqué el agua en la pileta —donde siempre bebo en mi casa— y me quedé mirándola unos veinte minutos antes de irme a dormir. Me proponía, como el lector habrá adivinado, proyectarme hacia la pileta llena de agua.

Pero, en lugar de hallarme en la pileta, cuando me desperté en el astral me encontraba, para sorpresa mía, precisamente al lado de la fuente. El cuerpo astral había dejado atrás la pileta, el río, las vías, para detenerse finalmente junto al surtidor. A diferencia de lo que es habitual, el despertar no fue precedido, esta vez, por ningún sueño. Me desperté de pronto, simplemente, para encontrarme en aquel sitio. Debo hacer notar que siempre es conveniente tener algún sueño antes de despertarse, pues, en caso contrario, el sujeto es presa de agitación. El sueño permite que la conciencia sea adquirida en forma gradual.

CAPITULO XII

CARACTER RARO DE LAS PROYECCIONES CONSCIENTES

Solo muy raramente logra el proyector astral obtener una proyección *completamente* consciente desde el principio al fin. Lo sé, no solo por experiencia, sino por la experiencia de muchos otros investigadores. La mayoría de los informes relativos a proyecciones astrales comienzan en el momento en que el sujeto se encuentra a sí mismo en su nuevo cuerpo, fuera del físico, es decir, que el sujeto no se vuelve consciente sino hasta el momento en que se encuentra proyectado a cierta distancia del organismo físico, fuera del radio de acción del cable.

Algunos proyectores pretenden saber *cómo* llegan hasta allí; otros reconocen francamente que no comprenden las razones que los mueven. Pero hay algo que siempre me ha llamado la atención: si los proyectores que comprenden cómo tiene lugar el proceso, realmente lo conocen, ¿por qué no lo han hecho conocer a los demás? Puesto que yo conozco todos los pormenores de este proceso desde hace años, tuve siempre la convicción de que todos los estudiosos de lo oculto debían también conocerlo.

Sin embargo, cuando comencé a estudiar los escritos de quienes se habían ocupado del tema, llegué a

convencerme de que éstos no habían logrado entender, por regla general, la proyección astral. Resulta fácil decirle a la gente lo que sucede una vez que el astral se ha proyectado; pero explicar la forma en que puede provocarse una proyección ya es otra cosa.

Es muy fácil decir: "Yo no revelaré el proceso de la separación real de los cuerpos", como dicen la mayoría de los proyectores, con el pretexto de que ello representaría un "peligroso" instrumento, capaz de conducir a "desastrosos resultados". Después de un análisis llegué finalmente a la conclusión de que la verdadera razón que estos prudentes investigadores tenían para ocultar el proceso detallado de la proyección no era el temor a los posibles peligros por ella implicados, sino pura ignorancia.

Estos proyectores saben que hay ciertos procedimientos que facilitan la proyección del cuerpo astral, pero lo que no saben es *por qué* la favorecen. Ellos saben que despiertan fuera del cuerpo físico, pero, ignorando el porqué, se han imaginado que se trata de un "don", o bien de una facultad "espontánea". Y el hecho de que la mayoría de sus descripciones de proyecciones astrales conscientes empiezan después de haber abandonado el astral al cuerpo físico, muestra a las claras que una proyección enteramente consciente, desde el principio hasta el fin, es sumamente rara.

Creo haber dicho ya, por otra parte, que en la mayoría de los casos la conciencia solo se hace presente una

vez que el individuo se halla proyectado. Además, es éste el momento más oportuno para que aparezca la conciencia, pues en caso de hacerlo al principio de la proyección, permite experimentar al sujeto ciertas sensaciones desagradables que tienen lugar dentro del radio de acción del cable.

Sin embargo, yo he realizado varias veces proyecciones de este tipo (conscientes desde un comienzo) y otras muchas, me ha tocado experimentar proyecciones involuntarias también de esta misma naturaleza. Como se recordará, la primerísima de mis proyecciones fue, aunque involuntaria, consciente desde el principio.

Todas las veces que se produjo una proyección de esta clase, observé que ésta había tenido lugar tras un sueño de varias horas. Lo usual era que me despertase entre la una y las cuatro de la mañana y entonces el cuerpo astral comenzaba a "elevarse", al tiempo que volvía a dormirme; pero, en otras ocasiones (como en la primera experiencia citada), la proyección comenzaba en el estado hipnagógico, al salir del sueño.

Pasaré a detallar ahora lo que sucede en cada una de estas etapas:

1) Estado hipnagógico al salir del sueño, y 2) estado hipnagógico al venir el sueño.

La primera experiencia narrada constituye un excelente ejemplo de lo que ocurre cuando la

proyección consciente tiene lugar durante el estado hipnagógico que sucede al sueño. El sujeto comienza a despertarse lentamente, incapaz de comprender dónde se halla, pero consciente de hallarse o *existir* en alguna parte. Si el lector cierra los ojos y se tapa los oídos, tendrá una idea de la situación en que se halla el proyector en los momentos que anteceden a una exteriorización de este tipo.

Luego la conciencia se hace ligeramente más nítida y el individuo comprende que se halla acostado en la cama, antes aún de poder ver u oír cosa alguna. Al mismo tiempo se empieza a percibir claramente una especie de pulsación en la nuca. Son los latidos del corazón. A veces es ésta la primera sensación que se percibe, precediendo incluso a la comprensión de que uno se halla en la cama.

A poco el sujeto descubre que no puede moverse y si quiere realizar la proyección no debe experimentar deseo alguno de moverse físicamente, sino tan solo de elevarse en el aire. Sin embargo, no debe intentar levantarse haciendo un esfuerzo, pues esto habría de interferir con la fuerza que mueve efectivamente al organismo. El sujeto debe permanecer quieto, sin emociones, pensando solamente en moverse hacia arriba.

La sensación que se experimenta es la de pesar una tonelada o la de estar pegado al lecho. Al cabo de cierto tiempo, esta fuerza adhesiva parece dejar de surtir efecto; el sujeto se siente entonces como una especie de globo cuando suelta amarras; es en este

momento cuando empieza su ascenso. A esta sensación sigue la de flotar, debido a que el cuerpo etéreo se halla *realmente* flotando. El individuo debe permanecer perfectamente tranquilo, tratando de disfrutar el máximo posible con esta impresión de flotar; sus pensamientos deben concentrarse siempre en la idea de subir y salir.

Por lo general, el estado cataléptico perdura hasta que el cuerpo franquea el límite de actividad del cable, pero a veces puede suceder que el astral se libere dentro del radio de acción del cable, una vez que el cuerpo se ha erguido. En efecto, si se halla en la posición horizontal, la liberación de la catalepsia no puede producirse.

Durante el tiempo en que el sujeto permanece dentro del radio de actividad del cable, puede percibir perfectamente los latidos del corazón en la nuca y, de una manera u otra, experimenta alguna de las excentricidades sensorias típicas en esta etapa de la proyección. Una vez franqueado el límite de actividad del cable, el fantasma se halla libre y dotado de inefable agilidad y alegría.

Es a esta altura cuando se tornan conscientes la mayor parte de los proyectores. No en vano la mayoría de sus informes comienzan de esta manera: "Una vez más me encontré fuera del cuerpo, dotado de una libertad que jamás podrían expresar las palabras". ¿No es éste, acaso, el lugar más indicado para tornarse consciente? ¡Claro que sí! Todas las etapas de la proyección astral que pueden resultar

desagradables quedan así eliminadas, cuando uno puede despertar para gozar de esta perfecta libertad.

Debe prestarse atención al hecho de que cuando una proyección consciente empieza durante el segundo estado hipnagógico (al salir del sueño), el sujeto percibe la separación de los dos cuerpos. Pero cuando la proyección se produce durante el primer estado hipnagógico (al entrar el sueño) el cuerpo astral se eleva con tanta facilidad que el sujeto no lo advierte sino cuando ya se halla a varios centímetros del físico. Cuando empieza a recuperarse el sentido del oído, los sonidos escuchados parecen ser muy distantes. En forma similar, las primeras impresiones visuales son borrosas y blanquecinas. En el mismo momento en que los sonidos se tornan más claros, también las impresiones visuales adquieren mayor nitidez. Existe un punto en la zona de discoincidencia, en donde, al pasar el cuerpo astral en su ascenso, la conciencia parece disiparse ligeramente para luego volver a tornarse normal.

Siempre que he experimentado exteriorizaciones conscientes desde cl principio he podido comprobarlo. Precisamente en el momento en que el astral abandona al físico, la conciencia se oscurece un instante y luego regresa nuevamente, al igual que una bombita eléctrica cuya luz decreciera momentáneamente para volver a brillar luego con su intensidad normal. Es en este punto donde resulta más difícil conservar la lucidez. Recuérdese bien: se halla

muy próximo a la posición coincidente, dentro de la zona de reposo.

La producción de una proyección enteramente consciente es una operación sumamente difícil y delicada. A menos que el cuerpo físico se encuentre en un profundo estado de "incapacidad" y las emociones hayan sido totalmente eliminadas, todas las tentativas resultarán inútiles.

En este caso no se hace necesaria la existencia de una "tendencia" subconsciente, puesto que la Voluntad subconsciente recibe la indicación de moverse hacia arriba directamente de la mente consciente. Si las proyecciones conscientes del principio al fin solo ocurren por regla general después de haber dormido el sujeto varias horas, ello se debe a que en su transcurso el cuerpo físico queda "incapacitado" en una considerable medida.

Es frecuente el fenómeno que la gente se despierte a horas avanzadas de la noche en estado de "parálisis nocturna", lo cual no es sino una especie de catalepsia del cuerpo astral. Es éste el momento propicio para intentar la proyección del cuerpo astral, pues, en estas circunstancias, se reduce tan solo a una cuestión de indicación apropiada y tranquilidad emocional.

Repetidas veces he podido comprobar que las proyecciones astrales conscientes del principio al fin ocurren siempre después de haber dormido varias horas y a veces, incluso, después de una noche entera de sueño; en este último caso las horas más usuales

son las seis y siete de la mañana. En mi caso personal, generalmente me despertaba de súbito, casi siempre a la misma hora y seis u ocho mañanas seguidas, hasta que un día, exactamente a la misma hora, se producía el despertar que me conducía luego a una proyección consciente del cuerpo etérico.

Seis mañanas seguidas, digamos, me despertaba súbitamente a las dos y, tras permanecer despierto durante unos quince minutos, me volvía a dormir. Entonces llegaba una mañana en que, como en las demás, me despertaba a las dos pero, en lugar de volver a dormirme, experimentaba una proyección astral, unas veces, al despertar del sueño, otras, al volver a dormirme.

LA VOLUNTAD PASIVA

¿Le ha sucedido alguna vez al lector experimentar un intenso deseo de adquirir o hacer algo y despertarse regularmente en la soledad de las noches con el deseo fijo en ese pensamiento? ¿Y ha advertido que después de haberlo experimentado durante cierto tiempo por lo general el deseo ha terminado por cumplirse? ¿Y no es como si en aquellos momentos alguna influencia extraña en el interior de uno lo hubiera despertado, nada más que para dar salida al deseo largamente acariciado?

A mí, al menos, eso me pareció siempre, y en tres oportunidades distintas logré obtener lo que tanto deseaba, que, en las horas conscientes de la vigilia,

parecía hallarse totalmente fuera de mis posibilidades. Si el lector se detiene a examinar este fenómeno, no tardará en comprobar cuán fácil es adquirir la capacidad de alcanzar cosas casi imposibles, con solo despertarse en medio de la noche y pensar en ellas. He aquí un ejemplo ilustrativo:

El señor Brown desea un aumento en su salario. Durante largo tiempo ha alimentado ese deseo pero sin decidirse a pedirle el aumento a su jefe. En medio de la noche, Brown se despierta con el pensamiento fijo en "más dinero". Ya perfectamente consciente, se decide a encarar al jefe y decirle "cuatro cosas". Además, hará esto, aquello y lo de más allá. Pero al llegar el día siguiente, ¿adónde se habrán ido esa fuerte Voluntad, esa determinación de la noche anterior?

Cuando Brown piensa en la decisión tomada en los entresueños de la noche, aunque lúcido y consciente, se pregunta cómo pudo haber pensado hacer cosas tan ridículas. Pero a la noche siguiente Brown vuelve a despertarse pensando siempre en lo mismo: más dinero. Y, en la tranquilidad de la noche, nuevamente experimenta el impulso de una fuerte Voluntad, casi ridícula vista a la luz del día, y ahora perfectamente lógica, en la quietud y adormilamiento de la noche; entonces sus intenciones de decirle al jefe las "cuatro cosas" y pedirle un aumento, nuevamente se le imponen como razonables.

A todos nosotros nos ha pasado esto. Todos hemos hecho planes, decidido adquisiciones u otros negocios,

al reflexionar despiertos durante la noche, para considerarlas, al llegar la mañana y vistos a la luz del día, absurdos e impracticables, casi fantásticos o completamente irrazonables. Si tuviéramos en la realidad el "temple" que tenemos en esas imaginaciones nocturnas (imaginación consciente) ¿no seriamos verdaderamente osados?

Ya sabemos que la Voluntad no es sino ponerse en acción, determinarse a hacer algo mentalmente, centrando la atención sobre cierto objeto hasta que todo lo demás pasa a un segundo plano. Existe una *Voluntad pasiva* y una *Voluntad activa.* La Voluntad pasiva es la más fuerte, la más determinada, la que se apodera de nosotros cuando nos despertamos en medio de la noche para planear nuestros castillos de naipes. La llamamos *Voluntad pasiva,* debido a que cuando la empleamos nos hallamos reducidos a un estado de suma pasividad.

Llamaremos *Voluntad activa* a aquella que empleamos durante el día, cuando nos hallamos dotados de actividad corporal y mental. Es esta voluntad la que nos hace reconsiderar las decisiones tomadas por la noche.

La Voluntad pasiva es la Voluntad imaginativa, pero es extrema y determinada en su Volición; no obstante, el sujeto se halla firmemente convencido, durante su funcionamiento, de que las premisas por ella expuestas son razonables. He aquí otro ejemplo para ilustrar la diferencia que existe entre la Voluntad pasiva y la activa, pues esto es de suma importancia

para la producción de la proyección astral, según veremos en seguida.

Recuerdo que, cuando era pequeño, mi hermano mayor tenía una escopeta, calibre 10. Siempre había deseado poder contar a mis amigos que había tirado con la escopeta, que había experimentado un fuerte culatazo, etc. El chico que vivía al lado de mi casa me dijo un día que si tiraba con aquella escopeta, el retroceso me haría caer, y me desafió a que lo hiciera. Yo deseaba ardientemente demostrar que era capaz de manejar la escopeta, pero en mi interior estaba terriblemente asustado por el temor de que al descargarla me voltease efectivamente.

Varias noches me desperté pensando en tirar con la escopeta en cuestión y siempre, al pensar en ello, me resolvía a intentarlo me veía a mí mismo disparando el arma y veía a mi amigo contemplándome con admiración. Durante la noche parecía perfectamente razonable disparar aquella pesada escopeta y muchas veces me dije categóricamente: "mañana *voy* a tirar".

Pero cuando llegaba el día siguiente y volvía a ver la imponente arma, todas las resoluciones, de la Voluntad pasiva, toda mi determinación nocturna, tan razonable en ese momento, parecía desvanecerse rápidamente como una quimera. Ahora bien; si yo hubiera poseído la misma Voluntad extrema durante la actividad del cuerpo que durante su pasividad, no habría vacilado en descolgar la escopeta y descargarla.

Claro está que la Voluntad activa y la pasiva se confunden una con otra; pero para los fines actuales, será más conveniente considerarlas como dos entes perfectamente diferenciados, ambos conscientes.

Como se comprenderá, la Voluntad pasiva no se manifiesta tan solo en los fugaces momentos de vigilia que ocurren durante la noche, pues esta Voluntad imaginativa puede actuar en cualquier momento en que nos hallemos dotados de conciencia. La Voluntad activa y la Voluntad pasiva pueden actuar simultáneamente, es decir que el sujeto puede estar realizando una acción ordenada por la Voluntad activa y al mismo tiempo la Voluntad pasiva puede estar ordenando otra acción distinta

COMO PROYECTARSE CON EL METODO DE LA VOLUNTAD PASIVA

Durante los ensueños diurnos usamos a menudo de la Voluntad pasiva. Entonces imaginamos cosas, pero no Queremos. Podemos Querer sin imaginación. Pero cuando empleamos la imaginación a fondo, cuando nos despertamos en medio de la noche y pensamos en la realización de alguna acción que durante el día parecería absurda y nos decimos "haré esto o aquello", entonces estamos creando poderosísimas impresiones en nuestra mente subconsciente. Cuando las decisiones tomadas por el sujeto son perfectamente serias y el acto a realizar, extremo, la impresión recibida por la mente subconsciente será

también proporcionalmente fuerte. Recuérdese que la mente subconsciente recibe estas indicaciones al pie de la letra, sin que importe la fuente de donde proviene; así, si el sujeto emplea, a fin de obtener lo que desea, su Voluntad pasiva —la Voluntad imaginativa, la Voluntad extrema, la Voluntad determinada— la mente subconsciente recibirá órdenes determinadas, extremas, que no podría recibir de la Voluntad activa.

Quizás diga el lector: "¿qué se pretende hacernos creer? ¿Que uno puede proyectarse con solo imaginarse que lo hace?"

En cierto sentido esto es más cierto de lo que podría parecer a simple vista; pero conste que yo no afirmo que baste la sola imaginación para proyectar al cuerpo astral. Lo que yo sí afirmo es que la Voluntad pasiva, la Voluntad imaginativa, puede determinar la proyección del cuerpo astral. Dado que la mente subconsciente acepta todas las indicaciones sin discriminación alguna, también las impartidas por la Voluntad pasiva, la Voluntad extrema, son acatadas sin reservas.

Pero volvamos a nuestro amigo el señor Brown, que deseaba un aumento de sueldo. Bajo la influencia de la Voluntad pasiva, Brown piensa, mientras yace tranquilo en el lecho por la noche, todos los pormenores de su pedido de aumento; se visualiza, se percibo a sí mismo yendo al jefe para exigirle un mayor sueldo. Y en todo momento, bajo la acción de esta Voluntad imaginativa, Brown considera esto como

lo más razonable del mundo, diciéndose: "haré esto y aquello", con verdadera seriedad de propósito. Su mente subconsciente recibe una influencia semejante y la "tendencia" de esta extrema determinación alcanza considerables proporciones.

Pues bien; si Brown continuase cierto tiempo utilizando esta Voluntad extrema, llegaría el día en que por fin pondría en ejecución los proyectos ideados por la noche. En este caso, la mente subconsciente que ha recibido las órdenes las retiene todavía durante el día y si la mente consciente de Brown llega a "ausentarse" durante cierto tiempo, el subconsciente conserva todavía la tendencia de las Voliciones pasivas.

Y ése es el principio que debemos aplicar para producir la proyección del cuerpo astral; es decir, que debemos despertarnos por la noche bajo la Voluntad pasiva de proyectarnos y dormimos luego con esta determinación extrema fija en el pensamiento.

Creo haber dicho ya que varias mañanas seguidas solía despertarme alrededor de las dos, hasta experimentar finalmente una proyección consciente. Cada vez que me despertaba tenía la impresión de que alguna fuerza en mi interior me había despertarlo de intento para que yo pensara en la proyección del cuerpo astral y la desease (Me imaginaba, al parecer, cosas imposibles y sin embargo en aquel estado de pasividad extrema, no parecían inalcanzables en absoluto de modo que entonces me decía: "me *voy* a proyectar con plena conciencia desde el principio. Lo he hecho ya involuntariamente y lo voy a hacer de

nuevo. Voy a ir a este lugar, a aquél, o al de más allá" etc., dando rienda suelta a mi imaginación y aceptando todos sus productos como los más razonables del mundo).

Sin embargo, al llegar el día, confieso que modificaba mi decisión, diciéndome que *quizás* pudiera proyectarme con plena conciencia desde el principio, que *quizás* pudiera presentarme en este lugar o en aquel otro, etc.; y aun cuando con anterioridad lo había hecho dudaba ahora que pudiera hacerlo de nuevo voluntariamente. Hasta que, finalmente, se hizo la luz en mi espíritu y descubrí que la Voluntad pasiva, la Voluntad imaginativa, era la Voluntad más fuerte, y que todos aquellos fantásticos sueños, razonables en su momento, echaban hondas raíces en realidad, en la mente subconsciente. Fue pues, de *este* modo, como logré producir las primeras proyecciones astrales conscientes.

Aunque había observado que con anterioridad a una proyección consciente me despertaba durante varios días seguidos a las dos de la mañana y que, durante el tiempo que permanecía despierto, no pensaba en nada sino en proyectarme, no descubrí la causa real de las proyecciones conscientes del principio al fin sino hasta muchos años después.

Sé ahora que fue en estos lapsos de vigilia nocturna cuando entro en juego la Voluntad pasiva, hiperdinamizando el deseo de proyectarme que ya existía en ni mente. Así es en efecto; el deseo estaba allí, éste era dinamizado por el conocimiento de la

proyección y el deseo de ejecutarla, y la tendencia del deseo despertaba por la noche poniendo en marcha a la Voluntad pasiva; esto no hacía sino hiperdinamizar el deseo, facilitando finalmente su realización concreta por medio de una proyección consciente del principio al fin.

Es interesante señalar que ésta tenía lugar a la misma hora exactamente que me había despertado las noches precedentes.

A decir verdad, cuando la "tendencia" de un deseo es lo bastante fuerte para despertar al sujeto por la noche, basta también para proyectar al cuerpo astral, sin necesidad de su hiperdinainización por medio de la Voluntad pasiva; pero el uso de la Voluntad pasiva durante varios días consecutivos a fin de hiperdinamizar la tendencia, permite obtener proyecciones conscientes desde el principio, unas veces, al salir del sueño, y otras, al dormirse.

Cuando la tendencia de la mente se torna intensa, determina alguno de los tres efectos siguientes: despierta al sujeto; provoca sonambulismo físico, o bien proyecta al cuerpo astral. Si la tendencia despierta al sujeto por la noche éste puede valerse de la misma para hacer entrar en juego a la Voluntad pasiva y hacer así que la tendencia se vuelva más fuerte y dinámica que nunca; entonces llegará cierto momento, cuatro o cinco noches después, en que la conciencia no se hará presente y la Voluntad subconsciente empezará a mover el cuerpo astral precisamente en el momento en que surge la

conciencia; esto puede ocurrir apenas iniciado el movimiento del astral, o bien después de recorrida cierta distancia.

No vacilaré en declarar que la *Voluntad pasiva de proyectarse, la Voluntad imaginativa de proyectarse,* es uno de los grandes secretos de la proyección astral.

Llámeselo si se quiere, un proceso de mera imaginación, pero no se trata tan solo de imaginación, sino de imaginación más Voluntad de hacer lo imaginado.

En ningún caso puede forzarse a la Voluntad pasiva con éxito, pues no bien se la fuerce se convertirá en Voluntad activa. El sujeto debe limitarse a desear la proyección con vehemencia suficiente para determinar la aparición en su interior de la Voluntad pasiva, la cual, a su vez, elaborará la tendencia del deseo, persuadiendo a la mente subconsciente de que las visiones imaginadas relativas a la proyección son perfectamente razonables y posibles.

Quizás suceda que durante el día, bajo la influencia de la Voluntad activa, el sujeto piense en proyectarse; pero entonces lo asaltarán las dudas acerca de su capacidad; por la noche en cambio cuando se despierte y se dé a imaginar su propia proyección tendrá fe en su *capacidad* para hacerlo, exactamente del mismo modo en que yo tenía fe por la noche, de que sería capaz de disparar la escopeta. Esa *Voluntad* determinada y extrema que se apodera de nosotros cuando despertamos por la noche y pensarnos con el

cerebro consciente aunque algo adormilado, es la Voluntad que promueve la proyección del cuerpo astral. A ella deberá recurrir quien quiera tener éxito.

El sujeto debe tratar de despertarse a una hora determinada —digamos a las tres de la mañana— durante varios días consecutivos y, si su deseo de proyectarse es lo bastante fuerte, su Voluntad imaginativa se posará sobre ese deseo. No debe emplearse *esfuerzo* alguno de Voluntad; el sujeto debe limitarse a permitir que la Voluntad e imaginación se detengan sobre el fenómeno de la proyección y sigan naturalmente su curso, volviendo a dormirse durante el proceso. Repítase esto mismo durante varias noches seguidas y bien pronto comenzarán a suceder extrañas cosas a esa hora de la mañana...

RESULTADOS OBTENIDOS MEDIANTE LA DINAMIZACION DE LA PROYECCIÓN

Si el sujeto considera que tiene la mente lo bastante dinamizada con el deseo de proyectarse y si su juicio es correcto, sucederá alguna de estas cuatro cosas:

1. El sujeto soñará con una proyección del cuerpo astral
2. Sufrirá sonambulismo físico. (Uno de los síntomas es despertarse y encontrarse saliendo precisamente en ese momento de la cama).
3. Se despertará por la noche con el deseo fijo en el pensamiento.

4. Experimentará una proyección consciente.

Si no tiene lugar ninguno de estos fenómenos, solo puede haber una explicación. O bien el sujeto solamente se imaginó que su mente se hallaba dinamizada por el deseo, o bien está experimentado proyecciones astrales inconscientes. Porque ha de tenerse muy en cuenta que la proyección astral inconsciente ocurre con suma frecuencia. Mi parecer es que no hay nadie que tenga una idea aproximada de lo frecuente que es en realidad la proyección astral inconsciente.

Por mi parte, estoy firmemente convencido de que por cada caso de sonambulismo físico, hay una docena de casos de proyecciones astrales de tipo Inconsciente. Yo he experimentado muchas proyecciones astrales conscientes, pero no tengo ninguna idea de cuántas veces habré estado proyectado inconscientemente; y a pesar de eso, solo experimenté en toda mi vida —por lo menos, eso es lo que a mí me consta— dos o tres fenómenos de sonambulismo físico.

Y en cuanto a los cuatro resultados diferentes a que puede conducir la dinamización del deseo de proyectarse en el astral, diremos que

1) si el sujeto sueña con la proyección del cuerpo astral deberá emplear de inmediato alguno de los métodos indicados para despertarse al llegar a un lugar determinado.

2) Si el sujeto realiza un sonambulismo físico ello se debe a que no ha logrado un grado adecuado de "incapacidad" del cuerpo físico; la solución será entonces reducir más todavía el número de pulsaciones por minuto a fin de que cuando la Voluntad subconsciente decida proyectar al cuerpo, el organismo físico no pueda responder instantáneamente y se quede atrás.

3) Si el sujeto se despierta en medio de la noche con el deseo fijo en la mente, entonces deberá poner en juego a la Voluntad pasiva, haciendo que actúe sobre el deseo, a fin de "elevarse" dormido, bajo la influencia de esta Voluntad imaginativa. El sujeto deberá asegurarse, asimismo, de que su cuerpo físico ha sido reducido a una completa pasividad antes de dormirse, de modo que al despertar se halle en una perfecta catalepsia astral.

4) En caso de que no ocurra ninguno de los tres fenómenos precedentes, o bien le faltará al sujeto una tendencia volitiva lo suficientemente intensa, o bien estará sufriendo proyecciones inconscientes sin saberlo. En este caso, el sujeto debe imponerse la obligación todos los días antes de dormirse, de despertarse a las tres de la mañana.

Si esto no lo despierta, empleará un despertador hasta que se haya formado el hábito de despertarse a la hora indicada. Entonces permanecerá despierto en la silencio nocturno, consciente aunque adormilado, y dejará que la Voluntad pasiva actúe sobre el deseo de proyectarse. Noche tras noche se procederá en la

misma forma hasta que el hábito quede bien establecido. Entonces, al acostarse por la noche, habrá que provocar una mayor pasividad corporal, disminuyendo las pulsaciones del corazón.

Es éste uno de los métodos que mejores resultados me ha procurado, en lo que a proyecciones enteramente conscientes se refiere. Con la mente dinamizada por la idea de la proyección, me acostaba de noche, reduciendo el pulso considerablemente antes de dormirme, a veces hasta no más de treinta pulsaciones por minuto, cifra ésta que, sin duda, bajaba algo más todavía al sobrevenir el sueño.

Entonces me despertaba a cierta hora de la noche y, si no me encontraba desprovisto de fuerza motriz, dejaba que la Voluntad pasiva siguiera su curso, logrando así, algunas veces, producir una proyección al volver a dormirme. Pero si en cambio comprobaba que carecía de fuerza motriz, me mantenía completamente inmóvil y tranquilo, pensando tan solo en elevarme y apartarme del cuerpo.

Por regla general, se comprueba que el astral se separa del físico antes de que el sujeto despierte, como me sucedió a mí muchas veces al poner a prueba este método, a parte de los casos de "conciencia-desde-el-principio".

Existe todavía otro método que a mí me proporcionó muy buenos resultados, probablemente los más agradables que haya obtenido nunca. Con la mente dinamizada por el deseo de proyectarme, me

despertaba a las dos de la mañana y, mientras permanecía despierto —consciente aunque adormilado— comenzaba a pensar en la proyección y en despertarme en la habitación de algún amigo mío, a cierta distancia de mi hogar. Entonces me dejaba estar allí, con entera pasividad, haciendo que mi Voluntad imaginativa actuase sobre este deseo, hasta que finalmente me dormía. ¡Y el resultado no se hacía esperar! Había repetido este proceso durante una semana solamente, cuando me desperté un día en la habitación de una amiga mía en lugar de hacerlo en mi cuerpo físico.

En el momento en que yo aparecí, ella estaba dormida y después de haber permanecido observándola durante algunos instantes, emprendí el regreso. Quizás diga el lector: "¿Por qué no trató de despertarla mientras estaba allí?" Pero yo también podría preguntar, a mi vez: ¿De qué me hubiera valido repetir una vez más la vieja experiencia de querer hacer contacto con objetos físicos? Tantas veces lo he intentado sin éxito que ya solo me parece una pérdida de tiempo; sobre todo cuando existen tantas otras cosas que ver y experimentar en esas privilegiadas oportunidades.

Frecuentemente había hablado con mi amiga acerca de la proyección del cuerpo astral, explicándole todos los detalles relativos al fenómeno; pero pese a prestarme atención, siempre conservo sus dudas. Después que descubrí este método relativamente fácil de proyectarme hasta ella en el astral, se me ocurrió

una idea para demostrarle que realmente era capaz de proyectar mi cuerpo astral.

Era uno de mis deseos más vehementes lograr persuadirla de mi veracidad, pues poco y nada me importaba la opinión de los demás.

ALGUNAS PROYECCIONES TIPICAS

Entonces convinimos el siguiente plan. Ambos debíamos despertarnos a las dos de la mañana y permanecer despiertos, conscientes aunque adormilados. Yo debía pensar en proyectarme hacia su cuarto. Ella tendría, a su vez, que visualizar mi proyección. Al emplear este método no solo confiaba en mi propia capacidad de proyectarme sino también en la ayuda que la fuerza psíquica de mi amiga pudiera brindarme. Lo convenido era dejar que nuestras Voluntades pasivas actuaran sobre nuestros deseos en medio de la noche, a un mismo tiempo.

Pasaron vanas semanas durante las cuales logré proyectarme varias veces en su habitación, tornándome consciente al llegar allí. Sin embargo no recordaba haberme trasladado hasta el lugar, en otras palabras, solo adquiría conciencia una vez que había llegado al punto de destino. En una oportunidad en que yo me desperté, ella también estaba despierta, pero no me vio.

Sin embargo sucedió algo extraño. Decidí que la vez siguiente realizaría ciertas acciones, acerca de las

cuales nada le diría, a fin de comprobar si ella era capaz de describir lo que yo había hecho, en caso de que afirmase haberme visto.

En consecuencia, una vez allí, me dirigí hacia la cómoda, coloque la mano sobre el cepillo, me volví luego hacia ella, poniendo la mano sobre su hombro, permanecí allí parado unos instantes luego regresé nuevamente a la cómoda y volví a colocar la mano sobre el cepillo, una vez más me dirigí hacia ella, etc., etc., repitiendo la misma acción una docena de veces. Entre tanto ella había permanecido aparentemente dormida todo el tiempo.

Al día siguiente le pregunté si me había visto en la habitación. "No" me replicó. "pero soñé que habías estado allí".

¿Qué soñaste?", le pregunté.

"Soñé que tratabas de cepillarme el cabello"; contestó.

"Y que te pasabas yendo y viniendo, tratando de encontrar el peine, mientras yo te decía que estaba sobre la cómoda."

Llegué entonces a la conclusión de que esto era casi un éxito completo, aun cuando ella hubiera estado soñando: sin embargo todas sus tentativas por verme habían resultado vanas. ¿Qué supone el lector que habrá pasado entonces? Soñé que me hallaba en su pieza (se trata en este caso, evidentemente, de una proyección parcialmente consciente, pues no recordé haber tenido el sueño sino hasta el día siguiente al

encontrar a mi amiga) y ella declaró haberme visto allí. ¡Nada en el mundo hubiera podido persuadirla de que no me había visto! Claro está que podría acudirse a la teoría de las "formas del pensamiento" para explicar este hecho; pero a mi parecer, no es mayor milagro el traslado del astral a cierto punto, que la creación y percepción por terceros de una forma del pensamiento. Si admitimos que el espíritu puede proyectarse por la noche e influir sobre los pensamientos de terceros a cierta distancia ¿no es posible que muchas personas hayan cometido crímenes impulsados por la influencia maligna de algún espíritu criminal que los hubiese acosado durante el sueño para decidirlos? ¡Claro que es posible!

La suposición de que los sueños son provocados en su *totalidad* por hechos registrados con anterioridad en la conciencia durante el día y que se graban en la mente subconsciente, es completamente errónea.

Los espíritus de los muertos y de los vivos, los pensamientos de los muertos y de los vivos, pueden determinar sueños. Y pueden influir también sobre la mente de los individuos, sin que estos se enteren de ello.

Y aquí surge otro punto interesante. Supongamos que un sujeto se proyecta en el astral durante la noche se introduzca en la casa de alguna otra persona y que algún ocupante de la misma perciba la presencia del fantasma. ¿Cree acaso el lector que podría convencerse a un individuo medio de que el fantasma

por él visto pertenecía a una persona viva y terrena como él mismo?, nos parece difícil.

Y en caso de que el espíritu proyectado se hallase inconsciente el observador declararía que el "fantasma" había pasado a su lado sin prestarle la menor atención. Como se ve, existen varias razones que pueden explicar los casos de residencias frecuentadas por fantasmas.

Por otra parte, si el fantasma proyectado estuviera privado de conciencia, ¿por qué no habría de sufrir la influencia de los pensamientos de los ocupantes de la casa y hacer lo que estos individuos le ordenasen? ¿no podría acaso la telepatía ejercer su control sobre la mente del fantasma? No solo lo veo posible, sino que me parece altamente probable. Por ejemplo, mientras yo soñaba hallarme en la habitación de mi amiga, en el momento en que ella pensó que me había visto allí, ¿no podría haber sido su mente la instigadora del sueño que yo tuve (de haber estado allí) en *mí* mente?

En todo caso, eso es lo que ocurrió en aquella ocasión. Según mi amiga, yo había entrado en la habitación a través de la pared, precisamente en el momento en que ella se disponía a dormir, pero recorrí la pieza en todas las direcciones sin prestarle ninguna atención, hasta que, finalmente, emprendí el regreso nuevamente a través de la pared. Con el transcurso del tiempo, con todos los cuidados y obligaciones de la existencia cotidiana, nuestro experimento quedó casi abandonado; pero desde entonces han sido varias las

veces que desperté en su habitación, valiéndome del empleo de la Voluntad pasiva, la Voluntad imaginativa; otras veces el proceso tuvo lugar en forma involuntaria.

¿Por qué no hacer la prueba, entonces? Si no existe ninguna razón que lo impida? Convéngase el ensayo con alguna persona con quien exista un afecto recíproco. Ambos deberán despertarse a una hora determinada de la noche, y, manteniéndose despiertos —conscientes aunque adormilados— deberán dejar que la Voluntad pasiva consciente opere sobre el mutuo deseo.

El individuo que deba proyectarse tendrá que desear hallarse al lado del observador; tendrá que visualizarse a sí mismo en su ascenso, en su salida del físico y en su carrera veloz por el aire hacia el encuentro del amigo; este, por su parte, debe imaginar, al mismo tiempo, esta misma operación. Pero no debe olvidarse el empleo de la Voluntad pasiva, de la Voluntad imaginativa. Hay que dormirse haciendo uso de la Voluntad pasiva.

Cuanto mayor sea el afecto existente entre el proyector y el observador, tanto mayor será la armonía existente entre ambos y el deseo de reunirse. También puede ensayarse, a título experimental, reunirse con algún ser amado distante, al acostarse por la noche, por medio de la Voluntad imaginativa; entonces habrá que desear estar cerca de esa persona y visualizarse a sí mismo en el movimiento de ascenso y salida del cuerpo físico, en el momento de quedarse dormido.

Otro factor que puede resaltar de utilidad en este experimento es el hecho de que el cuerpo astral se halla por lo común bajo la tendencia de regresar al lugar en donde tiene el hábito de residir, moviéndose así con mayor facilidad de un lugar extraño a otro familiar.

He aquí algunos ejemplos semejantes a los que he transcripto anteriormente, tomados de la obra de Carrington *True Ghost Stories (Historias verdaderas de fantasmas).* El primero es un caso de esta naturaleza, experimentado por el investigador inglés Rev. William Stainton Moses:

"Una noche decidí presentarme ante Z., distante unas cuantas millas. No le había avisado nada de mi experimento, pero me acosté poco después de medianoche con mi pensamiento deliberadamente fijo en Z., cuyo lugar de residencia, como así también sus habitaciones, me eran completamente desconocidas. No tardé en quedarme dormido y a la mañana siguiente me desperté sin conservar memoria de que hubiera sucedido nada particular.

Al encontrarme con Z. algunos días más tarde, le pregunté: "¿No notaste nada raro en las habitaciones de tu casa el sábado a la noche?" "Sí", me contestó, "pasaron una cantidad de cosas. Había estado sentado junto al fuego con M. fumando y charlando. Alrededor de las doce y media se levantó para irse y yo mismo lo acompañé. Volví entonces al sitio que había ocupado junto al fuego a terminar mi pipa, cuando te vi a ti sentado en la silla que acababa de

dejar M. Te miré cuidadosamente y luego levanté un periódico para asegurarme de que no estaba soñando, pero al bajarlo de nuevo, tú habías desaparecido. Mientras yo miraba con la boca abierta, tú parecías disiparte en el aire".

Algunos ocultistas quizás pretendan explicar este caso como una forma-del-pensamiento; es decir, que la voluntad de la persona que había decidido presentarse ante su amigo era tan poderosa que había creado su forma en el lugar deseado. Por lo que a mí respecta, me han acontecido demasiadas experiencias similares a ésta, estando dotado de conciencia, como para aceptar la teoría de la forma-del-pensamiento, si bien no niego su posibilidad.

Por qué se esfuerzan los estudiosos en descartar un milagro aparente para reemplazarlo por otro no menos misterioso, es algo que no puedo entender. ¿Es acaso la teoría del cuerpo astral más difícil de admitir que la de la formas pensadas? Se trata en este caso de una proyección astral inconsciente típica. Otra explicación posible sería atribuir el fenómeno a la telepatía; en efecto, una persona podría imprimir telepáticamente sus pensamientos en la mente de otra situada a una gran distancia, con tal vehemencia que este último pudiera experimentar una "alucinación telepática", creyendo haber visto realmente en el lugar al "agente". Más adelante estudiaremos la forma en que la mente puede crear formas de pensamiento.

En el próximo caso solo usaremos las iniciales, pero el autor de la comunicación era conocido por los

miembros de la S.P.R., quienes garantizaban la veracidad del autor:

"Un domingo de noche, en noviembre de 1881 decidí, tras una lectura acerca del inmenso poder que encierra la Voluntad humana, realizar un esfuerzo supremo de mi ser para presentarme, bajo la forma de un espíritu, en el dormitorio que da a la calle, de un segundo piso, de un edificio situado en el número 22 de la Hogarth Road, Kingston, donde se hallaban durmiendo dos jóvenes damas de mi conocimiento, la señorita L. S.V. y la señorita S. V., de 25 y 11 años respectivamente. Yo vivía entonces en el número 23 de Kildares Gardens a una distancia de unas tres millas de Hogarth Road; nada había dicho a las personas antes mencionadas acerca de mi intención de ensayar este experimento, por la sencilla razón de que se me ocurrió espontáneamente la noche del domingo. La hora escogida para hacerme presente fue la una de la mañana y me formé el firme propósito de hacer que mi presencia fuese percibida.

"El jueves siguiente fui a visitar a las damas en cuestión y sin que mediara ninguna alusión de mi parte sobre el terna, la mayor me dijo que la noche del último domingo había sufrido un terrible susto al advertir mi presencia al lado de su lecho; entonces había gritado, pues la aparición avanzaba hacia ella, y el grito despertó a su hermanita, que también me vio. Le pregunté si se hallaba despierta en aquel momento y me replicó categóricamente que sí, y al preguntarle

yo la hora del fenómeno, me dijo que había ocurrido ‘alrededor de la una de la mañana’.

"A mi pedido, esta dama escribió una declaración del hecho, a cuyo pie estampó su firma".

El señor Gurney (uno de los autores de *Phantasms of the Living)* se interesó profundamente por estos experimentos, pidiendo a B. que le notificase con anticipación en la primera oportunidad en que decidiera volver a presentarse de modo tan extraño. En consecuencia, el día 22 de marzo de 1884, recibió la siguiente carta:

Estimado señor Gurney:

Esta noche a las doce horas voy a tratar de hacer perceptible mi presencia en el número 44 de Morland Square. Dentro de algunos días le hare conocer el resultado.

Lo saluda a UD. Afectuosamente.

La carta siguiente, fechada el 3 de abril, contenía la declaración que reproducimos a continuación, redactada por la receptora, la señorita L. S. Verity:

"La noche del sábado 22 de marzo de 1884, alrededor de media noche, tuve una clara impresión de que el señor S. H. B. se hallaba en mi dormitorio y con mis propios ojos lo vi distintamente, puesto que me hallaba perfectamente despierta. Se acercó a mí y une acarició el cabello. Cuando me visitó el día miércoles 2 de abril le proporcioné voluntariamente este informe,

especificándole la hora y las circunstancias en que se había producido la aparición, sin que él la hubiese mencionado antes ni hiciese la menor alusión al respecto. La aparición fue completamente nítida e inconfundible".

La señorita A. S. Verity proporciona además esta comunicación suplementaria:

"Recuerdo que mi hermana me dijo que había visto a S. H. B. y que él le había tocado el cabello, antes de venir a vernos el dos de abril".

Veamos ahora el informe suministrado por el agente de la operación:

"El sábado 22 de marzo tome la determinación de hacerme presente en forma perceptible a la señorita V. que vive en el número
44 de Morland Square, Notting Hill, a las doce de la noche; y conforme lo había convenido previamente con el señor Gurney le envié a éste una carta donde le informaba acerca de mi resolución (especificando la hora y otros detalles). Unos diez días después visité a la señorita V. y ella me dijo voluntariamente que el día 22 de marzo, a las doce de la noche, me había visto nítidamente en su habitación (estando perfectamente despierta) y que había sufrido una fuerte impresión nerviosa, viéndose obligada a llamar un médico a la mañana siguiente".

Las experiencias de este tipo podrían incluirse en el renglón de las "alucinaciones telepáticas", pero a mi

parecer, constituyen otros tantos ejemplos de proyecciones inconscientes típicas del cuerpo astral.

¿Sabe el lector por ventura cuánto tiempo necesita el cuerpo astral para trasladarse a un lugar distante y regresar nuevamente a la zona de reposo donde duerme el sujeto?

Pues no más de un diezmilésimo del tiempo que le lleva leerlo.

Cuando un espíritu proyectado adquiere uso de su conciencia en cierto paraje distante. ¿Cómo explicaremos este hecho? ¿Por la teoría de la alucinación telepática o por la del cuerpo astral? Los anteriores ejemplos son todos casos típicos del método proyectivo que acabo de exponer, a saber, de la Voluntad pasiva.

Muchos de los individuos clasificados como "soñadores" han logrado realizar hechos insólitos mediante el uso de la Voluntad pasiva o imaginativa unas veces para bien, otras para mal. Se ha enfatizado el hecho de que se trataba de soñadores. Y si lograron realizar cosas desacostumbradas, solo fue porque dejaron que sus Voluntades pasivas obrasen sobre aquello que deseaban realizar —aun cuando lo hayan hecho inconscientemente— de modo tal que esas Voluntades pasivas los hicieron objeto de una extrema tendencia que, al hacer eclosión, produjo los resultados buscados.

Si el lector desea prevenirse de realizar todo daño, no solo debe gobernar sus pensamientos activos, sino también los pasivos, especialmente la Voluntad imaginativa. Y del mismo modo, si quiere llevar a cabo raras proezas, no solo deberá utilizar la Voluntad activa sino también la Imaginativa.

Esa es, pues, la forma de desarrollar una "tendencia" extrema en la mente, es decir, deseando proyectarse hacia cierto lugar o persona y despertando en medio de la noche para poner en acción la Voluntad pasiva sobre aquel deseo y dejando, finalmente, que este domine completamente a la mente al volver a dormirse.

Si el sujeto pudiese efectuar esa práctica noche a noche durante varios meses, no tardaría en descubrir que su mente subconsciente no necesita otra "tendencia" que el deseo de proyectarse, para determinar la producción de una proyección efectiva.

De este modo, el sujeto podría proyectarse con solo reducir el pulso, una vez acostado, y pensar en el lugar o en la persona hacia los cuales se desea efectuar la proyección. Yo lo he hecho muchas veces, bastando al efecto una sola indicación (proyectarse hacia cierto lugar) realizada al acostarme, durante la noche.

CAPITULO XIII

LA MENTE CRIPTOCONSCIENTE

Al utilizar el método de la Voluntad pasiva resulta evidente, por supuesto, que no es la Voluntad consciente la que exterioriza al cuerpo astral sino la Voluntad inconsciente. La razón para que la Voluntad inconsciente pasiva constituya un factor tan poderoso, radica en que sus Voliciones son extremas, determinando la aparición de "tendencias" sumamente intensas en la mente inconsciente; a continuación, la mente inconsciente o subconsciente obra por sí misma para ejecutar la proyección.

Tampoco es la mente subconsciente ordinaria la inteligencia rectora —pues ésta no razona— sino un departamento de la mente inconsciente que *sí* razona, analiza y dirige. Algunos lo identifican con la mente "súperconsciente"; en todo caso, se cree que esta inteligencia rectora es la mente súperconsciente.

Este sector de la mente inconsciente posee una Voluntad propia, exactamente del mismo modo en que la mente consciente tiene su propia Voluntad.

Dado que esta división de la mente inconsciente posee todas las cualidades de la mente consciente y posee una Voluntad propia, la llamaremos mente *"criptoconsciente".* Es esta Voluntad la que hemos venido designando hasta ahora (a fin de tornar la

explicación lo más breve y simple posible) corno Voluntad subconsciente.

Hasta aquí no nos ha sido necesario detenernos a considerar ninguna de las diversas partes de la mente, habiéndonos referido en forma general a la mente subconsciente y a la Voluntad subconsciente; ahora, sin embargo, a fin de explicar en forma más completa algunos interesantes aspectos de estos fenómenos psíquicos, es indispensable que comprendamos esta distinción. Recuérdese entonces que la inteligencia rectora de un cuerpo astral proyectado es la mente "criptoconsciente".

Una vez que el sujeto comienza el estudio y la práctica del arte, su mente criptoconsciente está facultada para tomar todos los hilos en sus manos, es decir, para planear una proyección (al parecer sin ninguna razón en absoluto para ello) y utilizar su propia Voluntad con independencia de cualquier otra mente.

De este modo, el sujeto descubre de pronto que es víctima de una proyección y que hay una inteligencia interior que lo gobierna en lugar de ser él quien la gobierne.

Cuando se producen estas proyecciones automáticas es poco o nada lo que puede hacerse para impedirlas. Un ocultista ha captado toda la significación de este hecho, al expresarse en la forma siguiente:

"Durante la exteriorización el astral parece poseer una Voluntad propia pudiendo avanzar a gran velocidad sin que el sujeto siquiera lo sepa".

He aquí otra causa pues, de lo que suele llamarse proyección espontánea, proyección, en realidad, prácticamente automática.

Cuando la mente criptoconsciente ejecuta una proyección astral en forma automática, las leyes involucradas en la proyección ordinaria —tendencia, incapacidad, etc.— no parecen tener gran importancia, ¡tan grande es la fuerza ejercida sobre el cuerpo astral! A mí me ha tocado experimentar este tipo de proyección astral, sin "incapacitación" física, a plena luz, sin la quietud necesaria en el ambiente ¡y estando acostado boca abajo! Ya he dicho muchas veces que la inteligencia rectora parece hallarse presente, durante una proyección astral, en el aire, en el cable astral, en alguna parte que no puede precisarse a punto fijo. (Véase, por ejemplo, la descripción de mi primera experiencia). Si bien el sujeto puede permanecer consciente, a menudo carece de control sobre la inteligencia que lo mueve a voluntad.

La mente criptoconsciente es la inteligencia que eleva al cuerpo astral, lo somete al estado de catalepsia, lo libera del mismo, lo hace girar en el aire, lo impele hacia adelante, lo coloca en posición erguida y realiza, en fin, las diversas maniobras necesarias para el desplazamiento del mismo. La mente criptoconsciente puede ejecutar un número infinito de las más diestras y asombrosas "piruetas" con el cuerpo astral; también

puede controlarlo en la misma forma en que un hipnotizador controla a su paciente, si bien con la peculiaridad de que el sujeto puede hallarse consciente durante todo el tiempo en que se encuentra bajo la influencia de la Voluntad criptoconsciente.

La mente criptoconsciente dispone de una sutil y poderosa fuerza, a fin de realizar estas operaciones. Esta facultad, esta fuerza motriz, dirigida por la inteligencia es el factor menos conocido por nosotros y se encuentra, sin duda, en todos los individuos.

Si pudiéramos desembozarlo, explicarlo, comprender su constitución y su naturaleza, habríamos dado ciertamente un gran paso hacia adelante en la dilucidación de muchos extraños fenómenos físicos, como por ejemplo, los toques, la telekinesis, etc.

MANIFESTACIONES CRIPTOCONSCIENTES ATRIBUIDAS CORRIENTEMENTE A LOS ESPIRITUS DE LOS MUERTOS

En el caso de muchos médiums, la mente criptoconsciente —operando por medio de esta fuerza desconocida— es capaz de llevar a cabo muchos actos curiosos, como por ejemplo, la producción de manifestaciones físicas.

La fuerza radica en el médium y es dirigida por la mente criptoconsciente en tanto que los fenómenos producidos son atribuidos por los observadores a la existencia de "espíritus" del otro lado. Ni siquiera el

propio médium se da cuenta de que detrás de aquellas manifestaciones materiales hay una inteligencia, la mente criptoconsciente.

No sé de nada que actúe en forma más astuta que la inteligencia criptoconsciente cuando ésta se adueña de un individuo. A veces llega, incluso, a hacer cosas realmente cómicas. Soy de opinión de que la mente criptoconsciente produce a menudo ciertos efectos que divierten a los asistentes a una sesión, pura y exclusivamente para divertirlos, o bien deja oír "toques", ruidos, etc., en un lugar determinado, por la sola razón de que las personas que habitan en dicho lugar esperan oír o ver alguna "manifestación". No sería esto, en consecuencia "mera alucinación".

Los seres terrenos pueden ser la causa de la producción en la casa en donde viven, de ciertas manifestaciones físicas, visuales y auditivas, que no vacilan en atribuir a los "espíritus", pero que solo provienen de sus propias mentes criptoconscientes, por intermedio de la "fuerza" desconocida de que hablamos más arriba. Entonces dirán: "Nosotros no hicimos nada en absoluto para que se produjeran esas manifestaciones, de modo que tienen que haber sido los espíritus".

Pero no hay que engañarse: es muy cierto que los espíritus también pueden producir estas manifestaciones —merodear por las casas encantada, etc.— pero no todo lo que sucede debe achacársele a estos entes errantes.

También es probable, a mi parecer, que muchos de los mensajes suministrados por un médium bajo control, provenientes según se cree generalmente de "espíritus amigos", procedan en realidad de la mente criptoconsciente del médium. No es ir demasiado lejos afirmar que la mente criptoconsciente puede representar, incluso, a un amigo desaparecido, cuando transmite un mensaje.

La mayoría de los ocultistas más avanzados están de acuerdo en que muchos fenómenos psíquicos obedecen a la inteligencia interior del médium, que opera mediante cierta fuerza vital, en tanto que otros muchos obedecen a la acción de verdaderos espíritus. Y esa inteligencia oculta que actúa con tanta habilidad no es sino la mente criptoconsciente. Y no es sino ella la inteligencia que controla las proyecciones del cuerpo astral, manejándolo a voluntad.

En realidad, es esta habilidad en el manejo del cuerpo una de las cosas que más sorprenden en las primeras proyecciones completamente conscientes experimentadas. No diré que constituya la impresión más asombrosa, pero sí por lo menos la segunda. La primera es, sin duda, la vacilante comprobación de que se está vivo todavía, con las mismas características individuales de siempre, pero fuera del cuerpo físico.

Esta comprobación, en las proyecciones conscientes —cuando uno mira el propio organismo físico privado de vida— es casi demasiado asombrosa para aceptarla por cierta, quedando el sujeto en estado,

casi diría, de éxtasis. Cuando el sujeto se recupera de esta primera impresión, el segundo milagro visual es la maravillosa destreza de la inteligencia que gobierna la operación.

LAS DIVERSAS FORMAS EN QUE PUEDE FUNCIONAR LA MENTE

Consideraremos ahora las diversas formas en que puede funcionar la mente desde el principio de la proyección del cuerpo astral, hasta el límite de actividad del cable y luego, más allá de ese límite.

Examinaremos en primer término, una proyección voluntaria o involuntaria que tenga lugar durante el sueño, con la presencia de una tendencia —de deseo o hábito— en la superficie de la mente subconsciente común. Esta "tendencia" es operada por una sección de la mente inconsciente, que hemos llamado mente criptoconsciente, es decir, que la mente inconsciente opera dentro de sí misma.

La mente criptoconsciente inicia la consideración de este problema así planteado —la tendencia— y mediante un proceso de razonamiento, decide la forma de eliminar o aliviar esa tendencia presente en la mente subconsciente común, proyectando al cuerpo astral.

Probablemente la mente criptoconsciente realiza estas actividades durante la noche mientras estamos dormidos, porque durante el día nuestra mente

consciente podría interferir; la mente criptoconsciente sabe perfectamente que a veces la mente consciente está obligada a reprimir las tendencias; por eso aprovecha cuando ésta no funciona para darles salida. En todo caso, es la mente criptoconsciente la que controla y dirige la "fuerza" sutil y determina la proyección.

Cuando el cuerpo astral se halla en medio de una proyección, el sujeto puede, a *veces:*

1. *Hallarse inconsciente.* Cuando este es el caso, la Voluntad criptoconsciente rige todos los movimientos del cuerpo astral, impulsándolo de un lado a otro a través del plano astral, siguiendo sus hábitos, satisfaciendo deseos, etc.
2. *Hallarse consiente* e influir, por medio de su Voluntad consciente, sobre el control de los movimientos de exteriorización o interiorización. Pero nunca puede influir sobre la inteligencia rectora para que ésta cambie la trayectoria seguida por el espíritu durante sus operaciones. En efecto, esta actividad se desarrolla siempre en forma absolutamente invariable.

   El sujeto puede, por ejemplo, mandar al cuerpo que se eleve cuando se halla dotado de conciencia (y suspendido en el aire), y la inteligencia rectora responde a la orden moviendo el cuerpo hacia arriba. O bien, cuando se halla en vías de pasar a la posición vertical, puede permanecer en la posición horizontal con solo ordenarlo.

Como se ve, a veces, se puede ejercer cierto control sobre la mente criptoconsciente, aún dentro del radio de acción del cable; en realidad, esto puede suceder en la mayoría de los casos.

3. Pero existen otras ocasiones en que el sujeto, pese a hallarse dotado de conciencia, no es capaz de influir sobre la mente criptoconsciente mediante las órdenes conscientes. Tal acontece cuando la mente criptoconsciente ha puesto en ejecución su propia Voluntad, fuertemente determinada. En estos casos, lo mejor es dejarla obrar pues, en realidad, nada puede hacer se contra ella. Cuando la mente criptoconsciente "elabora" una proyección por su cuenta, con independencia de cualquier otra mente —proyección automática o semi-automática— el sujeto puede hallarse consciente pero completamente dominado por la Voluntad de la mente criptoconsciente, por lo menos dentro del radio de acción del cable y aun fuera de éste, en algunos casos.

La regla general, sin embargo, es que al alcanzar el límite de actividad del cable el sujeto adquiere la facultad de elegir, pudiendo obrar a voluntad, si bien la fuerza interior puede intervenir en cualquier momento, según veremos en seguida. En efecto, pasaremos ahora a considerar la forma en que actúan la mente fuera del radio de acción del cable.

Supondremos pues, que el sujeto se halla dotado de conciencia, pero fuera del radio de acción del cable; en

otras palabras que se halla normalmente consciente en el astral, con el cuerpo bajo el control absoluto de su mente consciente, exactamente igual a cuando ambos cuerpos se hallan en coincidencia y el sujeto está dotado de conciencia. (En este caso, puede desplazarse a la velocidad normal, o sea la corriente para los seres humanos). Ahora bien; supongamos que desee llegar hasta la casa de su vecino, pero sin hacer ningún esfuerzo para lograrlo. Instantáneamente empezará a moverse hacia delante, pero siendo las cosas, en apariencia, las que avanzan hacia él y lo atraviesan dejándolo atrás. El sujeto es consciente, se da cuenta de lo que está haciendo, pero no hace uso de su propia fuerza motriz. En este caso la velocidad empleada es la intermedia; el sujeto se halla en una condición análoga a aquella en que se encuentra dentro del radio de acción del cable cuando ordena a la inteligencia rectora y ésta le responde.

Pues bien; supongamos ahora que el sujeto quiera trasladarse a la casa de un amigo situada a diez millas de distancia; inmediatamente se encontrará en el lugar deseado. En este caso habrá hecho uso de la velocidad de traslación supranormal, que es siempre inconsciente. Una vez llegado al punto de destino, puede caminar normalmente o desplazarse con la velocidad intermedia, según sea su deseo. Si menciono esto es solamente a fin de ilustrar cómo nuestras mentes interiores pueden interferir unas con otras en cualquier momento durante la proyección del cuerpo astral. Ese principio también vale para los espíritus que habitan el plano astral. En cierta ocasión

tuve una experiencia que ilustra este punto; podría agregar también, que dicha experiencia fue una de las más insólitas que haya tenido nunca:

UNA PROYECCION SUPERCONSCIENTE

Le he dado a esta experiencia la designación de "Proyección Súperconsciente" por una razón que se hará evidente una vez que el lector la haya leído. Ocurrió en una de esas extrañas noches de luna en que la misma atmósfera parece saturada de una misteriosa quietud; era el verano de 1924. Yo había salido de casa poco después de la cena, con destino al pueblo. Aquella noche, nada parecía interesarme; me hallaba bajo los efectos de una indescriptible sensación de soledad.

Recorrí de extremo a extremo varias veces la misma calle hasta que finalmente me senté a descansar en un banco situado frente a un garaje. Allí permanecí cierto tiempo, meditando en los "por qué y los para qué" de la vida; recuerdo que muchas veces levanté la vista hacia aquella luna serena Y resplandeciente que brillaba encima mío, irritándome la idea de que existieran tantos misterios que el alma humana no puede abarcar. Por fin, profundamente desolado, me fui a mi casa, me introduje en mi dormitorio, cerré la puerta con llave y me arrojé en la cama.

No había pasado mucho tiempo cuando de pronto advertí que una especie de onda fría me recorría de

arriba abajo, entumeciéndome los brazos y piernas.[1] Me pellizqué la cadera pero no sentí nada. Luego hice otro tanto con el brazo, pero también éste parecía hallarse insensible. Estoy seguro de que me podrían haber atravesado la carne con una aguja y nada habría sentido.

Pocos instantes más, y me hallaba completamente incapacitado para moverme. La fuerza motriz me había abandonado, y así, privado de todo movimiento, permanecí consciente varios minutos. Era aquélla, sin duda, una situación sumamente desagradable: me encontraba consciente, pero incapacitado para ver, oír, sentir o moverme; me sentía como si solo la conciencia hubiera existido dentro de mí. Con todo, no se trataba de una experiencia demasiado insólita para mí, sabiendo lo que iba a suceder de un momento a otro, me mantuve con espíritu sereno, listo para una nueva incursión consciente en el astral.

A poco fui elevado en el aire y proyectado luego a una distancia de unos tres metros, donde una vez más comenzó a funcionar mi sentido de la vista. Como suele suceder en estos casos, al principio todo parecía borroso, como si la habitación hubiera estado llena de vapores o nubes blancas, semitransparentes, como si me hubiera hallado mirando a través de una ventana de vidrio ordinario, viendo solo objetos deformados detrás de la misma. Esta situación es, sin embargo, pasajera: por lo general solo dura alrededor de un minuto en prácticamente todas las proyecciones conscientes.

De modo que lo tardé en volver a ver normalmente en mi cuerpo astral. A continuación, la inteligencia rectora, me pasó de la posición que ocupaba a la vertical, colocándome erguido sobre el piso de la habitación, al tiempo que me balanceaba, como ya he dicho que suelo suceder cuando uno se encuentra dentro de los límites de actividad del cable. Cuando transpuse este límite, una vez más volví a sentirme libre y normal; entonces recorrí la casa y luego salí a la calle.

No bien hube salido me encontré con una escena totalmente desconocida, descubriendo que la casa era una casa extraña y que los alrededores no eran aquellos de mi pueblo con los cuales estaba familiarizado. De inmediato comprendí que me había trasladado hacia un lugar desconocido a velocidad supranormal, pero por qué lo había hecho seguía siendo un misterio. Entonces traté de investigar por los alrededores a fin de establecer cuál podía haber sido la intención de la inteligencia interior al enviarme hasta aquel sitio. En el interior de la casa más próxima había cuatro personas, una de ellas una joven de unos 17 años.

Sin embargo, todavía no podía ver la razón de mi viaje. Sabiendo por experiencia que si uno no emplea la Voluntad consciente durante las proyecciones en el cuerpo astral, la Voluntad subconsciente toma a su cargo el control del sujeto, me hice el siguiente razonamiento: "No haré nada por averiguar o comprender por qué me encuentro aquí. Simplemente,

dejaré que la mente criptoconsciente me maneje a su gusto". Entonces aflojé la tensión de mi mente consciente, manteniéndome a la expectativa, en espera de la primera oportunidad para descubrir la razón de mi viaje hacia aquel lugar extraño, rodeado de gente extraña.

No bien me hice esta reflexión, mi cuerpo se movió sin que mediase esfuerzo alguno de mi parte, hasta ocupar una posición directamente enfrente de la joven antes mencionada, que dicho sea de paso, estaba cosiendo un traje negro. Mi viaje seguía siendo, todavía, tan misterioso como antes, de modo que comencé a recorrer la habitación, tomando nota de los diversos objetos que en ella había. No parecía haber absolutamente ninguna razón para que yo permaneciera en aquel sitio — dondequiera que fuese— lo único razonable parecía ser, en aquel momento, volver a mí, casa.

Pero antes de desear regresar nuevamente al cuerpo físico, realicé una última inspección del lugar, tanto en su aspecto interior corno en el exterior, comprobando que se trataba de una granja. Un instante después me hallaba de regreso en mi propia habitación, contemplando a mi cuerpo físico que yacía sobre la cama. Como siempre me he comportado prudentemente en el caso de las proyecciones a gran distancia, decidí volver a introducirme en el físico, para lo cual solo necesité moverme hacia él, deseando interiorizarme. (Efectivamente. es sumamente difícil

impedir la interiorización si uno se aproxima demasiado al cuerpo físico).

Pasaron seis semanas, ya casi había olvidado esta experiencia pues no se diferenciaba considerablemente de muchas otras proyecciones a distancia, cuando una tarde, al regresar a mi casa, vi bajar de un auto entrar en una de las casas vecinas, a la joven que había visto la noche de la proyección, seis semanas antes.

Como es lógico, me asaltó de inmediato una gran curiosidad. Entonces permanecí por los alrededores, esperando que saliera de la casa, pues yo sabía que no vivía allí. Al cabo de un rato, efectivamente, salió de la casa, dirigiéndose hacia el coche, y yo, sin pérdida de tiempo, le dirigí la palabra sin preámbulos, preguntándole directamente dónde vivía.

A lo cual me respondió ella que eso no me importaba, pensando, claro está, que yo solo era un insolente.

Con todo, logré por fin hablarle y decirle que la había visto antes, que sabía cómo era su casa, y aun llegué a describírsela para convencerla de que *realmente* la había visto. Tan exacta era mi descripción que al escucharla, la joven se sintió tranquilizada y comenzó a hablar con más libertad, preguntándose quién podía haberme contado todo eso y cómo podía yo saberlo, ignorando en cambio, el lugar en que ella vivía.

Y así, una cosa fui trayendo a la otra... La joven en cuestión comenzó a gustarme. A partir de entonces la

he vuelto a ver muchas veces; he vuelto a ver su casa (exactamente corno la había visto en la proyección consciente), situada a quince millas de mi casa. He llegado, incluso, a convencerla de que la proyección astral es posible pues varias veces me ha visto proyectado en su habitación. En la actualidad es, en realidad, íntima amiga mía, habiéndose prestado a realizar conjuntamente conmigo las experiencias antes mencionadas.

1: Esta sensación (1) suele preceder a las proyecciones involuntarias, al igual que la onda de frío (2) y el entumecimiento. Se trata aquí de una especia de "incapacidad" criptoconsciente inducida. — S. M.

LA PROYECCION AUTOMATICA

Si bien puede afirmarse que la "proyección espontanea" no existe, no hay que creer por ello que la mente criptoconsciente no puede producir la proyección del cuerpo astral sin la intervención de ciertos estímulos. Por otra parte, si bien podemos llamar a ese tipo de proyección "criptoconsciente automática" no puede considerarse realmente espontánea, del mismo modo que no podríamos considerar espontáneo un acto concebido en la mente consciente y ejecutado más tarde bajo órdenes, sin intervención alguna del exterior.

En estos casos, es interesante observar que la mente inteligente que llevamos en nuestro interior actúa en forma muy semejante a la mente consciente durante

las proyecciones voluntarias. Cuando queremos provocar una proyección voluntaria, sabemos que la pasividad del cuerpo físico es un factor de fundamental importancia, pasividad que podemos alcanzar mediante el control cardiaco; y sabemos también que al hacerlo, ciertas "ondas frías" suelen recorrer nuestro cuerpo, entumeciéndolo y privándolo de movimiento.

Si el sujeto se halla consciente al comenzar una proyección criptoconsciente de producción automática, uno de los primeros síntomas que percibe es la "onda fría", y luego el entumecimiento de brazos y piernas (exteriorización de la sensibilidad), tan marcado a veces, que aquéllos pueden llegar a insensibilizarse.

A continuación, cl sujeto descubre que la fuerza interior lo ha privado del uso de su fuerza motriz. ¿No es esto semejante a la "incapacidad" voluntariamente inducida? Podemos producir a voluntad un estado de completa pasividad del cuerpo físico, muy semejante al determinado por la mente criptoconsciente en las etapas iniciales de una proyección automática del astral.

De todo cuanto hemos dicho acerca de las funciones mentales durante el proceso de la proyección astral nada debe tomarse demasiado al pie de la letra pues, en realidad, las distintas secciones de la mente actúan e influyen unas sobre otras, en mayor o menor grado, pudiendo obrar independientemente unas de otras o en mutua colaboración.

Es casi prácticamente imposible establecer *exactamente* la forma en que las diversas secciones de la mente habrán de funcionar en cada caso, aun cuando se pueda, mediante el estudio y la experimentación establecer la existencia de muchas funciones importantes que intervienen en el mundo insondable de los fenómenos astrales.

Bastará que una persona experimente una sola proyección consciente para que comprenda la superioridad de la mente criptoconsciente. Sin embargo, si bien en ciertas ocasiones esta mente controla al proyector a la perfección, otras veces se halla bajo la influencia de las órdenes impartidas por las otras mentes. Expliquémonos con mayor claridad:

1. La mente criptoconsciente puede producir la proyección criptoconsciente automática del cuerpo astral y el sujeto puede hallarse privado de conciencia, es decir, que la fuerza rectora hará con el cuerpo a su antojo, con independencia de cualquier otra impresión exterior.
2. La mente criptoconsciente puede obrar sobre una "tendencia" desde la mente subconsciente común; puede proyectar al cuerpo y sufrir las influencias de las impresiones registradas en la mente subconsciente común.
   Esto es muy corriente
3. La mente criptoconsciente puede recibir una indicación directa de la mente consciente, y

realizar una proyección del cuerpo astral. Este no es tan corriente, pero a veces puede lograrse, especialmente si se usa la Voluntad consciente pasiva.

4. La mente criptoconsciente puede tener al cuerpo bajo su control (hallándose el sujeto consciente) y obedecer indicaciones de la mente consciente, o bien recibirlas pero hacer caso omiso de las mismas.
5. La mente criptoconsciente puede tener el cuerpo bajo control (estando el sujeto dotado de conciencia) y obedecer las indicaciones de la mente subconsciente común, como por ejemplo la "tendencia" de un hábito.

   De este modo, si la mente criptoconsciente se resiste a obedecer las indicaciones de la mente consciente del sujeto, pero atiende las indicaciones provenientes de la mente subconsciente común, el sujeto se verá forzado a la ejecución de un hábito o a la satisfacción de un deseo los cuales se manifiestan en forma de "tendencia"—aun hallándose consciente (los fantasmas que frecuentan las casas encantadas suelen hallarse en esta situación).

Lo que antecede puede brindar una idea aproximada de las diversas formas en que las "mentes" actúan; sin embargo, el principio fundamental es que el sujeto puede influir sobre la fuerza rectora por medio de su Voluntad consciente la mayor parte del tiempo en que

tiene lugar una proyección consciente. De hecho, lo más frecuente es que la fuerza rectora libere al sujeto después de haberlo proyectado.

En lo que a las proyecciones conscientes se refiere, lo mismo da que sea una u otra la mente rectora, pues el sujeto permanece ignorante de cuanto le acontece. Fuera de toda duda, la mente criptoconsciente es la responsable de muchos fenómenos psíquicos que pronto nos detendremos a examinar. Pero antes, permítaseme describir otra experiencia.

UNA EXPERIENCIA HORRIBLE

Un día del verano de 1916, una violenta tormenta de viento y lluvia asoló la localidad en que yo vivo y, pese a que su duración fue sumamente breve, los daños causados resultaron de magnitud considerable: hubo edificios destruidos árboles volteados, líneas de alta tensión cortadas e inundaciones parciales de los terrenos bajos.

Pasada la tormenta, el vecino de al lado, mi hermano y yo salimos a la calle para ver los resultados del desastre. Caminábamos a lo largo de la acera, hablando de la tormenta, cuando al llegar a unas tres cuadras de casa tropezamos con un sitio en que se habían cortado los cables de alta tensión; uno de ellos, que colgaba de un poste, había quedado atravesado en medio de la calle.

Nos detuvimos prudentemente, preguntándonos si tendría corriente. La calzada se hallaba completamente húmeda al igual que la vereda en que estábamos parados. Entonces me adelanté para apartar el cable del camino. Y eso es todo lo que recuerdo porque el cable, tenía, efectivamente, corriente, y yo no tenía suela de goma en los zapatos, de modo que el contacto me arrojó al suelo privado de conciencia en forma instantánea.

Mis compañeros me contaron más tarde lo que había ocurrido inmediatamente después de haber tocado el cable. Reboté vigorosamente hacia adelante; estaba rígido y mi cara se había hinchado como si fuera a explotar por la presión de la sangre. El salto fue tan violento que fui a dar a unos tres metros de la vereda en medio del barro de la calle, con el cable todavía pegado a mi cuerpo o yo pegado al cable, no podría decirlo a punto fijo... De eso nada recuerdo; lo que sí sé es que casi en seguida me torné consciente fuera del cuerpo físico, viéndolo desde mi astral, tirado en el barro. Podía sentir incluso la fuerte corriente eléctrica a través de mi organismo, pese a hallarme parado a cierta distancia del cuerpo físico, todavía en contacto con cl cable (es este un caso de "Sensación Duplicada").

No podría describir con palabras el terror, la angustia y el dolor de aquellos momentos. El solo pensar en ello me hace maravillarme de que pueda haberlo resistido. Pese a hallarme exteriorizado fuera del cuerpo físico, contemplando y sufriendo a la vez aquella horrible

sensación, nada podía hacer. No podía moverme por propia volición. Mis brazos se mantenían rígidos en el cuerpo astral, como si hubieran estado aferrados a un cable inexistente, reproduciendo la posición exacta de los brazos del cuerpo físico; ¡pero éstos sí se hallaban adheridos a un cable eléctrico!

Mi cuerpo astral, aunque en posición vertical, se hallaba exactamente en la misma actitud que el cuerpo físico, caído horizontalmente. Un miembro de cada cuerpo estaba levantado; ambos cuerpos estaban ligeramente retorcidos en la parte media; las dos manos de ambos cuerpos se hallaban en actitudes similares, como si el astral también hubiera estado pegado a un cable eléctrico.

En medio de esta agonía pude ver a mis compañeros parados al lado mío, muertos de susto, y sin atreverse a tocarme (mi cuerpo físico) por temor de ser también ellos electrocutados. En vano les grité para que me auxiliaran, pues claro está que no podían ver mi cuerpo astral ni escuchar sus ruegos. Una y otra vez les pedí a gritos que hicieran "cortar la corriente", pero solo había oídos sordos para mi súplica y allí permanecían aquellos dos muchachos, demasiado atemorizados para moverse.

Repentinamente parecieron recuperar el uso de sus facultades y comenzaron a gritar y saltar frenéticamente pidiendo auxilio. Desde mi astral podía verlos claramente ir de uno a otro lado aullando en demanda de auxilio. Según ellos, yo también había gritado al tocar por primera vez el cable, y al golpear

en tierra y durante todo el tiempo en que permanecí allí tirado. Pero yo no recuerdo haberlo hecho; seguramente debo haber gritado mientras me hallaba inconsciente. Después de dar en tierra, según afirman ellos, me levanté dos veces para volver a caer. Y entonces pensaron que me había muerto. En este momento debe haberse producido la proyección, adquiriendo conciencia en el astral.

Sea ello como fuere, el caso es que cuando volvió a mí la conciencia, me encontré parado al lado de mi cuerpo físico en el astral y experimenté la intensa angustia de ser electrocutado, exactamente con la misma intensidad que si me hubiese hallado consciente en el cuerpo físico. Recién ahora puedo comprender que ninguna palabra podría describir la atroz agonía entonces padecida. Es como si el dolor hubiera destilado de cada uno de los poros de mi cuerpo, mientras temblaba en el astral y en el físico simultáneamente bajo cl efecto de la fuerte corriente

Así permanecí inerme durante varios minutos, que para mí fueron otros tantos años. Por fin, gracias a Dios, vi que la gente se acercaba corriendo hacia el sitio de todas partes del vecindario y entonces tuve la certeza de que alguien vendría a librarme de aquel tormento. A una cuadra de distancia casi, divisé a M., uno de mis mejores amigos que, tras de saltar sobre un cerco, se precipité a la carrera hacia el lugar.

También se acercaban dos damas de las casas vecinas, a quienes yo conocía. Y por último, un hombre y su hijo vinieron corriendo hacia mí; el

hombre llevaba un hacha y tenía botas de goma. Entonces se agachó para recoger mi cuerpo físico y, al hacerlo, me pareció rebotar bruscamente de regreso en el mismo, recobrando el conocimiento, mientras todos los vecinos me miraban azorados.

Todas las personas que acabo de mencionar viven todavía y podrían dar fe de la autenticidad de mi relato, por lo menos en lo que a sus aspectos físicos se refiere. Si no he dado sus nombres es simplemente porque podrían haberse rehusado a aparecer en un libro de este carácter.

Todos ellos se asombraron del hecho de que yo hubiera "resucitado", según su propia expresión, y también el médico que me atendió manifestó su sorpresa, dado el largo tiempo que había estado en contacto con el cable, víctima de la corriente. Los espectadores habían supuesto, en realidad, que ya hacia cierto tiempo que me había muerto. Según declararon mis compañeros, habían pasado unos diez minutos desde el momento en que toqué el cable y aquel en que me recogieron.

Puesto que yo permanecí consciente durante unos cinco minutos más o menos, debo haberme hallado unos cinco minutos inconsciente antes de despertarme en el cuerpo astral.

POR QUÉ LAS VICTIMAS DE UNA MUERTE VIOLENTA RECONSTRUYEN SU MUERTE EN EL ASTRAL

Casi todas las noches después de este terrible accidente, soñaba que era víctima de fuertes descargas eléctricas, volviendo a vivir nuevamente, en el sueño, toda la experiencia anterior, exactamente como había ocurrido. A veces me tornaba consciente, descubriendo que solo se trataba de un sueño, pero indefectiblemente me encontraba proyectado de pie, al lado del cuerpo físico que yacía sobre la cama. Aún entonces, muchas veces, tardaba varios minutos en comprender que me hallaba dotado de conciencia en el cuerpo astral y que aquella experiencia solo pertenecía al pasado.

En cierta ocasión desperté en medio de esa espantosa pesadilla, para encontrarme proyectado, viviendo una vez más aquella funesta experiencia, exactamente en el sitio en que había tenido lugar, es decir, a varias cuadras de mi casa. Creo haber dicho antes que la víctima de una muerte violenta tiene cierta tendencia a reconstruir su muerte una y otra vez en el astral. Si nos detenemos un instante a considerar este hecho no tardaremos en advertir toda su crueldad.

No es difícil explicar la razón por la cual la víctima se ve impulsada a reconstruir su muerte periódicamente. No es tanto por la permanencia del dolor real como por la del terror mental producido por el dolor, que se iba arraigado profundamente en la mente subconsciente (tendencia), bajo cuyo control se encuentra la víctima

a menos que su mente consciente se halle en perfecto funcionamiento.

A fin de tornar más clara esta explicación, supongamos por un instante que yo hubiera muerto como resultado del accidente. En esas circunstancias hubiera habido más de un factor capaz de impulsarme más tarde, una vez que me encontrase permanentemente en el astral, a reproducir mi muerte.

En efecto, no es sino esto lo que hacía las veces en que, hallándome físicamente vivo pero proyectado, volvía a reconstruir el accidente por las noches. ¿Qué hubiera podido impedir que hiciera otro tanto durante el sueño si me hubiera hallado permanentemente proyectado (muerto)? Sí, sí; pues los seres astrales duermen y sueñan exactamente igual que tú, lector, o yo; el cuerpo astral no es sino un cuerpo onírico, y eso es algo que debemos recordar siempre.

De este modo, aun cuando me hubiese convenido entonces en un habitante del mundo invisible, no me hubiera diferenciado notablemente de lo que soy ahora, en mi cuerpo de carne y hueso, y al llegar la noche, o en cualquier otro momento en que la inconsciencia se hubiese apoderado de mí o me hubiese hecho objeto de un sueño, hubiera vuelto a vivir mi muerte en el astral, exactamente como la había experimentado también en el astral, cuando el físico todavía estaba vivo.

La impresión dominante grabada en mi mente (la "tendencia") se hubiera adueñado de mí, exactamente

en la misma forma en que la tendencia de un hábito obliga al proyector a poner ese hábito en ejecución. No cuesta mucho imaginarse la profunda impresión que puede producir sobre la mente el terror de una muerte violenta. Este terror puede llegar, incluso, a desequilibrar la mente de la víctima, tornándola momentáneamente insana. La "tendencia" dominante en su cerebro 1o impulsará permanentemente a reconstruir las circunstancias de su muerte.

Claro está que en esta situación el sujeto se hallará "anclado a la tierra", y en caso de que los seres terrenos pudieran presenciar su conducta, el lugar elegido terminaría por considerarse "embrujado". Muchos es lo que se ha escrito acerca de estos entes anclados, pero la mayoría de los autores no han logrado esclarecer por qué se hallan estos reducidos a tan angustiosa situación. Los hay, incluso, que llegan a afirmar que el espíritu "merodeador" debe haber llevado en el mundo una vida objetable debiendo quedar "cautivo" en el astral, por lo tanto, a manera de castigo.

Esto podría parecer muy lógico desde el punto d vista del razonamiento objetivo, pero las experiencias en el campo de la proyección astral, revelan que las causas son muy otras. El ser terreno más recto e irreprochable puede llegar a quedar cautivo en la tierra con la misma posibilidad que el más malvado de los sujetos. La cautividad no depende de la ética, sino de la psiquis.

En varias ocasiones he sido objeto de las críticas de los espiritistas por atreverme a realizar esta

afirmación, es decir, que los seres más honestos y los más malvados tienen probabilidades de parejas de quedar cautivos después de su muerte. Y sin embargo, es tan cierto como que el sol brilla, que la persona más pura e inocente puede quedar cautiva anclada en la tierra.

Es siempre la *víctima* de un asesinato la que vuelve a reconstruir su muerte y a visitar el lugar en que ésta tuvo lugar. ¿Ha oído el lector alguna vez**,** acaso, de un asesino que visite en su astral el lugar del hecho? claro que no; es siempre la víctima, la parte inocente la que frecuenta las casas encantadas. Y en realidad, todo el edificio del Espiritismo *moderno* descansa sobre la base de los fenómenos de "encantamiento".[2]

Existen cuatro razones y *solamente cuatro* para que los espíritus sufran su cautiverio en la tierra. Resulta curioso que ya hayamos hecho uso de tres de ellas para obtener la autoproyección. Se refieren todas a las condiciones de la mente y su funcionamiento, y son: 1) el Deseo; 2) el Hábito; 3) los *Sueños*; 4) la Demencia. Puede parecer absurdo —especialmente para quienes creen que el cautiverio se produce como resultado de una mala conducta durante la vida terrenal— que lo mismo puede ser un sentimiento de *venganza* la causa del cautiverio de un ente astral, impulsándolo a "frecuentar" un lugar o individuo determinados, que un sentimiento de *amor.*

Una madre que ansíe ardientemente estrechar a su hijo una vez más contra su pecho acudirá una y otra vez al lugar deseado, después de la muerte,

convirtiéndolo así, involuntariamente, en centro de una serie de fenómenos de "encantamiento". Pues bien; un criminal que experimente deseo de venganza, hará exactamente lo mismo. En los dos casos, el sujeto se halla bajo la influencia de la "tendencia" de la mente, y no solo da salida a esa tendencia mientras se halla consciente (es decir, cuando la Voluntad criptoconsciente obedece a la tendencia. haciendo caso omiso de las órdenes conscientes, cosa que suele suceder), sino también cuando se encuentra inconsciente o en el estado onírico.

Sé de un caso en que una abuela que amaba profundamente a sus nietos; frecuentó durante varios meses después de su muerte el lugar en que habían transcurrido sus últimos años. Lo que es más aun, cierto tiempo antes de morir, su salud mental se había visto considerablemente perturbada. Al cabo de algunos meses de haber soportado sus visitas astrales, un miembro de la familia logró ponerse en comunicación con ella diciéndole: "¿Cuál es la razón que te hace volver aquí, trastornándonos a todos?"

A lo cual replicó la anciana en su jerga cuasi alemana:

"¡Si recién acabo de llegar! Vine solamente a ver como estaban mis nietos y ahora me marcho."

El intermediario terreno la instruyó acerca de lo que debía hacer, explicándole que sus visitas al lugar no traían nada bueno y mucho mejor sería que abandonase todos sus deseos y hábitos terrenales. A partir de ese instante, la casa dejó de ser frecuentada por la anciana y sus habitantes vivieron tranquilos. Es

éste un caso típico en que el amor (o deseo) provoca con su "tendencia" el regreso del ente astral.

En lo que a la reconstrucción de la propia muerte en el astral se refiere, existe un caso notablemente ilustrativo. Ocurrió cerca de Bristol, Inglaterra. Dos hombres se trabaron en lucha en el camino hacia un molino, peleando furiosamente. Forcejearon, rodaron, se golpearon y volvieron a golpearse hasta que por fin uno de ellos le dio muerte al otro.

Durante varios meses después del suceso, todas las noches a la misma hora (la hora en que había tenido lugar la muerte), el espíritu de la víctima volvía a aparecer en aquel lugar, reconstruyendo toda la reyerta hasta el momento de su muerte (exactamente en la misma forma en que yo volvía a reconstruir mi accidente con el cable eléctrico noche tras noche). Así, noche a noche, el espíritu volvía a pelear, forcejear y rodar, trabado en lucha con su enemigo imaginario, para volver luego a desaparecer.

Los observadores que presenciaron estas escenas declararon que la entidad parecía hallarse soñando, si bien en cierta ocasión cambió algunas palabras con ellos, con la misma cordura con que podría hacerlo una persona consciente. Y esto es lo que confunde a muchos investigadores. En efecto, éstos razonan que puesto que el ente cautivo se halla lo bastante consciente para comprender lo que se le dice y hablar, no puede estar soñando. Pero esto es un grave error.

En esas ocasiones es la mente criptoconsciente la que tiene al ente bajo su control y es esta mente la que habla, responde a las preguntas que se le formulan, etc., en tanto que la menté consciente se halla ocupada con su sueño. También puede suceder que el ente astral se encuentre dotado de conciencia, bajo el dominio de la mente criptoconsciente y que ésta haga caso omiso de las indicaciones conscientes, prestando atención tan solo a la tendencia de la mente subconsciente. Pero esto no es frecuente que ocurra.

Ya hemos dicho que la mente criptoconsciente controla siempre al sujeto —proyector o espíritu— cuando éste se encuentra inconsciente o dotado de conciencia onírica, aun cuando pueda obedecer las indicaciones provenientes de la conciencia onírica, aun cuando quiera que se tropiece con un caso de cautiverio terreno, se podrá tener la seguridad de que la mente consciente del sujeto no funciona normalmente, es decir, con la fuerza necesaria, y de que es su Voluntad criptoconsciente la que lo controla. Es probable que el lector se resista a creerlo. Pues bien; no es necesario unos al astral para probarlo. Ya he dicho que la única diferencia que existe entre el sonambulismo astral y el físico es que en este último los dos cuerpos se hallan en coincidencia, bajo el control de la Voluntad subconsciente, esto es, la Voluntad criptoconsciente.

Ahora bien; en la primera oportunidad en que el lector se encuentre con un sonámbulo capaz de hablarle razonablemente mientras se halla en estado

sonambúlico deberá dirigirle la palabra, despertarlo, y preguntarle después si recuerda la conversación sostenida.

Su respuesta será, en todos los casos prácticamente, negativa. No obstante lo cual el sonámbulo es capaz de expresarse lógicamente y de actuar con instintiva precisión (el instinto deriva de la mente criptoconsciente). De donde se desprende que, después de todo, no es su mente consciente la que habla con nosotros cuando le dirigimos una pregunta. Tampoco es siempre la mente consciente del espíritu merodeador la que responde nuestras preguntas cuando lo interrogarnos en cl lugar por él frecuentado.

Es la impresión —la "tendencia"— producida en la mente por el terror de una muerte violenta la que (aflorando a la superficie cuando la mente consciente está desprevenida o privada de la fuerza necesaria para controlar la tendencia) actúa sobre la mente criptoconsciente. En caso de que yo hubiera sido víctima de un sonambulismo físico durante mis sueños con la electrocución, habría representado sin duda la tragedia con ambos cuerpos en coincidencia, exactamente en la misma firma en que lo hacía en el astral. Durante la guerra mundial era muy frecuente que los soldados volviesen a experimentar durante el sueño los horrores del frente de batalla, profiriendo gritos de angustia, retorciéndose en la cama, etc.

No, no es necesario que vayamos a lo Invisible para establecer las causas que impulsan a un proyector o a

un espíritu a frecuentar un lugar o a reconstruir una y otra vez un suceso trágico.

Janet ha recogido una serie de interesantes casos de sonambulismo, entre los cuales se encuentra el de Irene, de veinte años de edad, quien durante sesenta noches consecutivas había velado junto a su madre agonizante, enferma de tuberculosis. Este ejemplo ilustra vigorosamente el tema que hemos venido tratando.

2: Ver al respecto, *Hydesville in History*, de M. E. Cadwallader.

EL CASO DE IRENE

"Al producirse la muerte de su madre, trató de volver el cadáver a la vida, pero, como tenía los miembros levantados, el cuerpo cayó al piso, demandando infinitos esfuerzos volver a colocarlo sobre el lecho. El lector puede imaginarse lo horrible de esta escena. Algún tiempo después del sepelio comenzaron a aparecer ciertos síntomas curiosos. Era este uno de los más espléndidos casos de sonambulismo que jamás me haya tocado presenciar. Las crisis duraban varias horas y constituían verdaderas representaciones dramáticas, de un vigor que ningún actor sería capaz de alcanzar en una representación ordinaria."

"La joven tenía el hábito singular de volver a representar todos los sucesos que habían tenido lugar el día de la muerte de su madre, sin omitir el menor detalle. Algunas veces se limitaba a hablar, relatando todo lo que había sucedido con una gran volubilidad, formulando preguntas y las respuestas correspondientes, o haciendo una pregunta y permaneciendo callada como si escuchase en espera de una respuesta. A veces solo parecía contemplar la trágica escena, con rostro demudado por el terror; otras, al tiempo que las tristes escenas desfilaban ante sus ojos, reproducía con el cuerpo los movimientos que aquélla le sugerían."

"En otras ocasiones, las alucinaciones, las palabras y los actos se combinaban para crear el más singular de los dramas. Y al llegar el momento en que había ocurrido la muerte, en su representación sonambúlica, volvía siempre a pensar una misma idea, la del suicidio, preparándose a ejecutarla.[3] Entonces parecía considerarla en voz alta y discutirla con la madre, haciendo preguntas y pidiéndole consejo. Estas replicas terminaban invariablemente con la decisión de hacerse arrollar por un tren. También este detalle había sido sacado de la vida real. En la representación, la joven se arrojaba al suelo estirándose sobre el mismo, como podría haberlo hecho sobre las vías en espera de la muerte; con un sentimiento a la vez de terror y de impaciencia." [1]

---

[1] En (las vías del ferrocarril) u otro semejante. — S. M.

"Así permanecía algún tiempo con el rostro demudado por expresiones realmente admirables. Ante sus ojos desorbitados y fijos llegaba entonces el tren y un horrible grito salía de su garganta, al tiempo que se doblaba hacia atrás cayendo inmóvil de espaldas, como si hubiera muerto. Alcanzado este punto, la representación comenzaba nuevamente, repitiéndose paso por paso hasta llegar una vez más al mismo desenlace. Una de las características más notables de estas representaciones sonambúlicas era que podían llegar a repetirse indefinidamente."

"No solo eran siempre iguales los diferentes ataques, repitiéndose los mismos movimientos, las mismas expresiones y palabras, sino que en el transcurso de un mismo ataque, cuando éste duraba cierto tiempo, la misma escena podía llegar a repetirse sin cambiar un solo punto, hasta cinco o diez veces. [1] Por fin, la agitación parecía desvanecerse, el sueño se hacía menos nítido, y gradual o bruscamente, según los factores en juego, la paciente recobraba su conciencia normal reasumiendo sus tareas ordinarias, sin manifestar el menor trastorno por lo acontecido durante la noche.

1: En caso de que esto hubiese ocurrido con ambos cuerpos fuera de coincidencia, el astral se habría proyectado, sin duda, hacia el lugar visto en el sueño (las vías del ferrocarril) u otro semejante. — S. M.

2: Cuando tal ocurre, las impresiones que forman parte de la "tendencia" son más fuertes que las que constituyen el resto de la "tendencia". — S. M.

3: Tenernos aquí un excelente ejemplo de la forma en que las diferentes secciones de la mente pueden actuar, es decir, separada o conjuntamente. La mente criptoconsciente, que controla los movimientos del cuerpo, recibe sus órdenes de la fuerte impresión ("tendencia") grabada en la memoria, ejecutándolas en forma regular. La sección que da las órdenes a la mente criptoconsciente no es la misma que controla el cuerpo, haciendo que éste represente el drama.

La mente criptoconsciente es la fuerza rectora. No bien se presenta la idea de la muerte de la madre, la mente escapa por una tangente y la impresión de ser arrollada por un tren otra fuerte "tendencia" en la mente de la joven impulsa a la inteligencia rectora a representar, no ya la muerte de la madre sino la suya propia. Esto es semejante a lo que ocurre en el caso de un sonámbulo astral cuando éste sigue el curso de una línea tangencial, recordemos el ejemplo de aquel proyector que comenzaba dirigiéndose a la panadería cruzaba luego en su camino al banco donde guardaba su dinero y al cual tenía la costumbre de concurrir y entonces modificaba su ruta, entrando al banca para efectuar un deposito. — S. M.

LA MENTE CRIPTOCONSCIENTE Y LA TELEKINESIA [1]

Es en extremo difícil proporcionar pruebas objetivas de la proyección del cuerpo astral; mucho más difícil de lo que la mayoría de la gente parece suponer. La teoría de que una vez que el "proyector" sale del cuerpo puede manipular los objetos físicos con un simple esfuerzo de Voluntad es muy bonita y está muy bien en teoría, ¡pero en la práctica es otro cantar!

Antes de intentar explicar sucintamente cómo pueden ser movidos los objetos físicos por el proyector, será más conveniente hacer un pequeño razonamiento. ¿Cuántas personas se murieron el año pasado? ¡Por cierto que varios miles! ¿Se atrevería alguien a afirmar que todos esos miles de seres que han pasado al mundo astral, se abstienen de emplear su fuerza de Voluntad consciente a fin de comunicarse con sus seres amados de la tierra?

O mucho me equivoco o esto es precisamente lo primero que haría cualquiera al despertar en el plano astral. Pues bien: ¿cuántos casos de objetos físicos movidos por seres astrales se registran anualmente? Poquísimos, si se compara su número con el de las personas que han muerto y tratan, según todo lo hace suponer, de hacer sentir su presencia entre los vivos. No; la Voluntad consciente no constituye el factor primordial en la producción de los fenómenos físicos.

Siendo las cosas así, no es razonable esperar toda suerte de manifestaciones físicas por parte de un proyector astral consciente. Son pocos en verdad, los individuos que tienen una noción exacta de lo incorpóreo que parecen los objetos físicos a los seres astrales. Muchos investigadores parecen ignorar, incluso, que el cuerpo astral vibra con mayor rapidez cuando se halla a sesenta centímetros del cuerpo físico que cuando se encuentra a solo quince centímetros fuera de coincidencia.

Y sin embargo es así, y a un metro de distancia fuera de coincidencia el ritmo vibratorio es todavía mayor.

De no ser así, el ser astral sería incapaz de atravesar los objetos corpóreos. Quizás el lector exclame: "¡Pero el cuerpo astral puede pasar a través del físico!"

¡Un momento! ¿Nunca se le ocurrió al lector que si el cuerpo astral vibrase *en* coincidencia con el mismo ritmo que *fuera* de coincidencia, los dos cuerpos chocarían cuando el astral tratase de pasar al exterior del organismo material? Si no aumentara cl ritmo vibratorio del astral, este no podría salir de coincidencia.

Cierto es, no obstante, que la fuerza de Voluntad es el factor implicado en la manipulación de los objetos físicos. Pero no es la Voluntad consciente, sino la Voluntad inconsciente, la Voluntad de la mente criptoconsciente. Es posible quizás que una vez que el espíritu abandona al organismo físico definitivamente pueda llegar a controlar la Voluntad criptoconsciente con mayor pericia. Pero esto no es tan simple para el astral proyectado transitoriamente; como ya dijimos, éste se halla la mayor parte del tiempo, bajo el control de la mente criptoconsciente.

¿Cuál es entonces la razón de que esta mente criptoconsciente no produzca manifestaciones físicas con mayor frecuencia? No todas las manifestaciones físicas son producto de la Voluntad criptoconsciente, debemos admitirlo, pero cuando lo son, esta Voluntad debe actuar sobre cierta "fuerza" para hacerlo. La sola Voluntad no podría mover ningún objeto físico; es esa "fuerza" manejada por la Voluntad la que los mueve. La Voluntad es mental y este proceso en que la mente

criptoconsciente actúa sobre una "fuerza" en *cierta forma* (con determinación) pone en acción la fuerza motriz de la que tan poco sabemos pero que, sin embargo, sabemos que existe.

Supongamos que cuando el sujeto se halla consciente y en pleno control de su fuerza motriz quiera voltear un vaso de la mesa y que, mediante el empleo de su fuerza motriz, le dé un golpe con el puño derribándolo, en cumplimiento de la volición expresada. Para ello no bastará la sola Voluntad; el sujeto necesitará hacer empleo de su "fuerza", como así también de su brazo y de su puño. La fuerza debe ser generada por el proceso mental interior.

Otro tanto ocurre con la mente criptoconsciente; su Voluntad debe manipular la "fuerza" antes de poder manipular los objetos. Pero *cómo* puede hacerlo la mente (cualquiera de las mentes) es cosa que ignoramos. Es fácil decir que en el cuerpo físico, el brazo se estira hacia el vaso y lo voltea de la mesa debido a la impresión que se transmite a lo largo de los nervios desde los centros del cerebro, provocando la contracción de los músculos necesarios en la forma adecuada. Pero explicar la forma en que esa impresión se origina y en qué consiste, es cosa que no podría hacerse por ahora. Lo que llamamos impresión es, por supuesto, fuerza.

Existen varias condiciones de la Voluntad —la Voluntad criptoconsciente— que actúan sobre la "fuerza", cada una en forma diferente. Esto también vale para la Voluntad consciente. Si el sujeto solo

quiere a medias voltear el vaso sobre el piso, su Voluntad actuará sobre la "fuerza" ligeramente, volteando el vaso también a medias.

Si el sujeto hubiera querido en cambio, con determinación, el acto se habría cumplido con todo vigor. De este modo, la fuerza necesaria para ejecutar un acto vigoroso parecería provenir de la determinación de la Voluntad. Todo depende, en consecuencia, de que la Voluntad actúe sobre la "fuerza" con mayor o menor firmeza. Y lo mismo exactamente sucede con las diferentes condiciones en que la Voluntad opera sobre la "fuerza" en la mente criptoconsciente.

Si, por el contrario la mente criptoconsciente —sobre la cual el proyector o el espíritu astral tienen tan poco dominio— quiere débilmente, la "fuerza" también será débil. Si quiere con determinación o en forma hiper-positiva, la "fuerza" sobre la cual actúa se tornará "sólida", según suele llamársela. ¡Y ésta es la fuerza que mueve a los objetos físicos! 2

Quizás sea posible que algunos individuos puedan desarrollar —una Voluntad consciente lo bastante grande para lograrlo; pero la Voluntad criptoconsciente es, por lo común, mucho más poderosa que la Voluntad consciente. Claro está que muchas veces la Voluntad consciente *armoniza* con la criptoconsciente.

El problema estriba naturalmente, en saber cómo puede tornarse sólida esta fuerza. En realidad, no lo sabemos a punto fijo. Si pudiera concebirse esa fuerza

como algo compuesto de átomos y electrones, podría acudirse a la hipótesis de que se producen ciertos cambios en la "estructura" atómica de la misma, tornándola más sólida y facultándola, de este modo, para hacer contacto con los demás objetos corpóreos.

Otra posibilidad (en los casos en que el cuerpo astral mueve los objetos) es que la estructura atómica del cuerpo se torne más sólida como efecto de la acción de la Voluntad criptoconsciente. Mi propia experiencia me hace pensar que una "Voluntad criptoconsciente bien determinada" tiende efectivamente a "solidificar" al cuerpo astral, tomo se desprende de una experiencia que describiré enseguida.

Pero antes nos detendremos a considerar la opinión del profesor Flournoy con respecto a la posible naturaleza de la acción telekinética. He aquí las palabras textuales del mencionado profesor:

"Así como el átomo y la molécula constituyen el centro de una mayor o menor zona de influencia radiante, del mismo modo podría concebirse al individuo organizado, ya sea éste una célula aislada o una colonia de células, corno el centro de una esfera de acción, pudiendo concentrar sus esfuerzos, por momentos, en ciertos puntos con preferencia a otros, *ad libitum."*

"Mediante la repetición, el hábito, la herencia y otros principios caros a los biólogos, ciertas líneas de fuerza más constantes terminarían por diferenciarse en esta

esfera homogénea, original, y así, poco a poco, podrían dar nacimiento a los órganos motores."

"Sea un ejemplo: nuestros cuatro miembros de carne y hueso que se mueven en nuestro derredor no serían sino un recurso más económico ideado por la naturaleza, una máquina elaborada en las sucesivas etapas de un largo proceso adaptativo, a fin de obtener con el menor gasto los mismos efectos útiles que mediante el uso de aquella rudimentaria esfera original."

"De este modo, habiendo sido reemplazadas o transformadas estas fuerzas primordiales, solo podrían manifestarse muy excepcionalmente, en ciertos estados, o en individuos anormales, a manera de reaparición atávica de una forma de conducta caída en desuso desde largo tiempo atrás; en efecto, es grande su imperfección pues requiere, sin ninguna compensación, un consumo de energía vital mucho mayor que el uso ordinario de los brazos y piernas."

"Quizás sea el propio poder Cósmico, el 'demiurgo' amoral y estúpido, la Inconsciencia del señor Hartman, la que entra en contacto directo con un sistema nervioso trastornado y da lugar a sueños trastocados sin pasar por los canales corrientes de los movimientos musculares,"

La teoría del profesor Flournoy reviste sumo interés. Son muchos los fenómenos telekinéticos que se producen por la acción de la fuerza motriz del médium transmitida a lo largo de la "línea de fuerza" astral. Ya

vimos antes cómo podía desplazarse de un punto a otro esta fuerza motriz, a través de un cable libre, como así también a lo largo del cable que une al cuerpo astral con el físico durante las proyecciones, cuando aquél se encuentra dentro del radio de actividad del mismo.

En lo que al proyector astral respecta, existen muy pocas probabilidades de que consiga mover los objetos físicos por medio de su Voluntad consciente, a menos que se halle al mismo tiempo bajo el control fuertemente determinado de la mente criptoconsciente. Pero cuando la mente criptoconsciente se halla fuertemente determinada, es casi imposible que la Voluntad consciente pueda influir sobre ella en lo más mínimo Y aun en las ocasiones en que la mente criptoconsciente no se halla determinada, lo más probable es que no responda a las indicaciones conscientes.

Tantas veces traté inútilmente de mover los objetos físicos durante las proyecciones conscientes, que finalmente abandoné toda tentativa, profundamente desalentado. Esta impotencia (para mover los objetos físicos) es una de las cosas más exasperantes que conozco. Es irritante, casi diría angustioso, para el espíritu, tratar de realizar un contacto imposible con las cosas materiales. Ciertamente debe ser esta situación un verdadero "infierno" para el desdichado que ni puede regresar al cuerpo físico ni puede librarse del yugo de sus hábitos y deseos terrenos.

El lector no tiene, sin duda, ninguna noción de la desolación que esta experiencia produce. Infinidad de veces me ha sucedido hallarme proyectado fuera de mi cuerpo físico y consciente, tratando una y otra vez, hasta el cansancio, de tocar las cosas materiales. Como es fácil imaginar, al cabo de unas cuantas tentativas comenzaba a ponerme frenético de modo que cuando una vez más despertaba en mi cuerpo físico y volvía a sentir todas esas cosas amadas que siempre había conocido, me daría ganas de gritar: "¡Qué gloria poder *tocar* otra vez!"

Reconozco francamente que nunca pude mover un solo objeto físico, mediante la *Voluntad* consciente. Sin embargo recientemente tuve una experiencia en que, al parecer, moví un objeto de peso considerable por medio de la Voluntad criptoconsciente. (Algo más adelante el lector encontrará la descripción de esta experiencia).

Por mi parte, estoy firmemente persuadido de que los proyectores astrales, los médiums terrenos y los entes en cautiverio, pueden mover y mueven los objetos materiales por medio de la Voluntad criptoconsciente —la voluntad que los controla— ya sea que ellos lo sepan o no. A veces, durante un sueño, pueden moverse ciertos objetos que el sujeto, de hallarse proyectado, no podría mover por medio de su Voluntad consciente, debido simplemente a que la mente criptoconsciente tiene en esas ocasiones un completo control sobre el cuerpo; en efecto, si en estas circunstancias surge del sueño la indicación de mover

un objeto y llega a producir una fuerte determinación en la mente criptoconsciente, la fuerza por ésta operada se torna "sólida", actuando efectivamente sobre el objeto.

En dos oportunidades diferentes me ha ocurrido soñar que movía determinados objetos en mi casa, comprobando, al despertarme, que los objetos habían sido efectivamente movidos. El doctor Burns narra el caso de un caballero que en el transcurso de un sueño se precipitó contra la puerta de una casa distante, con tanta fuerza, que las personas que se hallaban dentro de la habitación apenas pudieron resistir la fuerte presión ejercida. ¡He aquí a la Voluntad criptoconsciente determinada en acción!

Y es ésta la razón por la que los espíritus cautivos pueden mover los objetos físicos, cosa que suelen hacer con bastante frecuencia. Como recordará el lector, mediante la repetición de un acto (habito o deseo), se puede aumentar la "tendencia" que éste produce en la mente. Los espíritus cautivos que suelen merodear por determinados lugares, se ven obligados a hacerlo por alguno de estos cuatro factores o por una combinación de los mismos, a saber, el deseo, el hábito el sueño y la demencia. Lo que llamamos demencia no se diferencia considerablemente del estado onírico.[3]

En aquellos casos en que un ente astral se sitúa en armonía con las cosas terrenas, bajo los efectos de la demencia o de un estado onírico, la mente criptoconsciente *siempre* conserva su control sobre el

mismo, y si esta mente adquiere espontáneamente una determinación dada —por razones que ignoramos— la "fuerza" por ella operada se torna '"sólida" y capaz de mover objetos. Un ente cautivo individual puede producir manifestaciones físicas que un espíritu avanzado no lograría producir sin la ayuda de un "Círculo". Y si puede, es simplemente porque su Voluntad criptoconsciente actúa en forma hiperpositiva sobre la "fuerza".

Permítaseme llamar la atención sobre la diferencia existente entre la "potencia" de la Voluntad criptoconsciente y la Voluntad consciente. Tampoco aquí necesitamos irnos a lo "Invisible" para obtener un ejemplo ilustrativo. Imaginemos una persona demente, de carne v hueso. Cuando se halla bajo la influencia de su Voluntad consciente no se muestra superior en fuerza al resto de los mortales. Pero cuando su mente consciente pierde el equilibrio y la inteligencia subconsciente se adueña de su ánimo, entonces la Voluntad subconsciente se coloca en *armonía (en rapport)* con su Voluntad consciente e instantáneamente su poder físico se multiplica en forma casi increíble.

Yo conozco a un joven que dista bastante de ser fuerte. Un individuo corriente podría manejarlo fácilmente cuando su mente se halla perfectamente equilibrada y consciente; pero cuando se apodera de él un ataque de locura, se transforma en un gigante; en cierta ocasión cinco hombres juntos obrando al unísono y empleando toda su energía, no pudieron

contenerlo. Todos los ataques de locura de este tipo son, indudablemente, otros tantos casos de control criptoconsciente; el principio fundamental que aquí se halla en juego no es otro que el involucrado en los casos que veníamos considerando anteriormente, es decir, los de la fuerza generada por la Voluntad criptoconsciente y las manifestaciones físicas que aquélla produce.

En los casos en que el espíritu cautivo se halla bajo los efectos de la tendencia de un deseo o habito, y si esta "tendencia" se vuelve hiperpositiva, la Voluntad criptoconsciente actuará también, por lo general, en forma hiperpositiva sobre la fuerza. Esa es la razón por la cual gran parte de los espíritus cautivos son percibidos por los seres terrenos después de la muerte, cuando tratan de continuar en la ejecución de sus hábitos o en la satisfacción de sus deseos, pues provocan a menudo, con su conducta; el movimiento de los objetos físicos.

El lector ya sabe por otra parte que el *deseo* se hace tremenda mente más fuerte cuando el individuo no puede aplacarlo — hiperdinamizando así cada vez más la tendencia del deseo en la mente subconsciente del sujeto— y esto impulsa a la Voluntad criptoconsciente a obrar con determinación, lo cual hace que la fuerza se vuelva "sólida" y capaz de producir fenómenos físicos.

Se comprende entonces por qué a menudo un solo espíritu cautivo puede mover objetos físicos, en tanto que otros espíritus superiores —cuyos deseos y

hábitos han desaparecido y cuyas mentes se hallan equilibradas— no pueden hacerlo. Si todo esto es cierto, debemos admitir que un espíritu cautivo que sufra ataques de locura (estado en el que la Voluntad criptoconsciente se torna dinámica) será capaz de mover los objetos materiales con relativa facilidad.

El espíritu de que se habla en el "gran misterio de Amherst" debe haber sido, seguramente, de este tipo y, al igual que la mayoría de los individuos sujetos a ataques de locura, estaba obsesionado por la idea de matar. Los espíritus superiores pueden utilizar, sin duda, cl mismo principio de la "fuerza" en forma científica, en tanto que el "fantasma cautivo" solo lo emplea instintivamente (en la producción de fenómenos fiscos), tal como lo muestra el hecho de que los "espíritus científicos" son empleados en muchas sesiones. Conociendo como conocernos algunas de las sutiles expresiones de la mente criptoconsciente *y* la forma en que opera sobre la "fuerza", los fenómenos de *poltergeist* no resultan difíciles de comprender.

1: Ver, en este sentido, lo dicho acerca de la "Duplicación y desplazamiento de la fuerza motriz", (Cap. V).

2: Ensapia Palladino acostumbraba decir que ella podía mover los objetos físicos, si su Voluntad era suficientemente *sólida*. Esta coincidencia en la elección de los términos es, por cierto, sorprendente. — H. C.

3: Jewett, *Sleep and Dreams,* capítulo: *The Analogy of Insanity to Sleep and Dreams*

PROYECCION ASTRAL EN QUE MOVÍ UN OBJETO FÍSICO

Pasaré ahora a relatar una experiencia que me ocurrió la noche del 26 de febrero de 1928. Durante algunos días antes había sufrido de una seria afección gástrica. Dormía yo solo en la planta baja de la casa, en tanto que mi madre y mi hermano menor ocupaban un dormitorio del primer piso.

Entre las once y media y las doce de la noche me desperté repentinamente, víctima de fuertes dolores en el estómago. Incapaz de arreglarme yo solo, llamé varias veces a mi madre, pero como se hallaba profundamente dormida no me oyó. Durante varios minutos seguí llamándola inútilmente, hasta que por fin decidí bajarme de la cama *y* arrastrarme por el piso hasta el hall, donde está la escalera, con la esperanza de que gritando desde allí pudieran oír mi voz.

Tras algunos esfuerzos logré bajar de la cama, pero al iniciar mi marcha hacía la puerta el dolor se hizo tan intenso que no pude llegar hasta ella, cayendo al suelo en una especie de desmayo. Pronto recobré nuevamente el conocimiento y, haciendo uso de toda mi fuerza de voluntad, me las compuse para avanzar un corto trecho; sin embargo, dado que había estado en cama durante casi un mes, el esfuerzo fue demasiado grande para mí y volví a desmayarme. Esta vez recuperé la conciencia fuera del cuerpo físico, para encontrarme en la escalera avanzando en

dirección al piso alto, bajo el dominio de la mente criptoconsciente, es decir, sin ningún control o esfuerzo de mi parte. En este caso la Voluntad criptoconsciente se hallaba perfectamente determinada; por lo menos no recuerdo ninguna otra ocasión en que me hubiese hallado tan completamente bajo su influencia deliberada.[4]

Corno es natural, quise mirar hacia mi cuerpo físico —que es siempre lo primero que se hace en estos casos— pero esta vez mi decisión no tuvo la menor influencia sobre la fuerza que me dominaba.

Después de subir las escaleras, atravesé la pared del cuarto de mi madre y la vi a ella y a mi hermano menor acostados en la cama profundamente dormidos. Esta impresión la recuerdo con toda nitidez; sin embargo, en este punto se produjo una laguna en mi conciencia.[5] Al recobrar la conciencia nuevamente, me encontré parado al pie de la cama. No podría decir con exactitud cuales fueron mis movimientos durante esta laguna, pero al despertar vi a mi madre y a ni hermano en la mayor confusión; aquélla de pie sobre el suelo, cerca de la cama, *y* el último, casi completamente fuera del lecho; los dos estaban sumamente excitados y decían no sé qué acerca de que el colchón se había levantado haciéndolos rodar ¡fuera de la cama mientras dormían!

Todo esto lo recuerdo claramente. Me hallaba tan lúcido como podría haberlo estado en mi cuerpo de carne y hueso. Un instante después, desaparecí del cuarto; mi astral fue arrastrado rápidamente hacia

abajo en dirección al cuerpo físico, siguiendo un movimiento en espiral. Al entrar en coincidencia experimenté una repercusión consciente.

Inmediatamente volví a llamar a mi madre y ella se apresuró a bajar, presa de la mayor excitación; tan excitada en verdad, que se olvidó completamente de que me hallaba enfermo y tirado en el suelo, comenzando a contarme ¡que los "espíritus" habían levantado el colchón y la habían hecho rodar fuera de la cama! Según ella, no lo habían levantado una vez, sino varias, con el consiguiente susto de su parte.

Si durante las horas de la noche pueden ocurrir hechos como este, no sería extraño que muchos de los sucesos atribuidos a la acción de los muertos, pudieran explicarse por la proyección del cuerpo astral, bajo la influencia de la Voluntad criptoconsciente hiper-positiva, cuando el sujeto está *privado* de conciencia. Sin duda, estos casos han de ser más frecuentes de lo que se supone corrientemente.

4: En este caso la Voluntad consciente determinada se hallaba en armonía con la Voluntad criptoconsciente determinada. — S. M.

5: Esto, dicho sea de paso, no tiene nada de insólito. — S. M.

"RAPS" PRODUCIDOS DURANTE UN SUEÑO

La noche del 17 de marzo de 1928, había estado leyendo acerca de D. D. Home y de su facultad de levitar su cuerpo físico. Con este pensamiento en la mente, me fui a acostar y a la madrugada soñé que me encontraba con Home y que comenzábamos a caminar por la calle, hablando de la levitación. En el sueño éramos muy amigos y hablábamos con la misma familiaridad con que hablarían dos amigos íntimos.

Yo le decía "¡Diablos, Home! Esa levitación fue perfecta. Cuéntame cómo lo hiciste, así se lo puedo explicar a la gente."

Entonces soñé que Home me hacia una demostración, elevándose en el aire y bajando luego nuevamente a la tierra. Y a continuación me explicaba lo que había que hacer. Desgraciadamente no recuerdo lo que me dijo... De todas maneras, traté de hacerlo, pero a la primera tentativa me di de bruces en la acera.

Me levanté y el volvió a enseñarme cómo debía hacerlo; entonces, de pronto, advertí que había comenzado a elevarme en el aire. Parecía tan real que no tardé mucho en tornarme consciente, para hallarme proyectado; el sueño (del tipo de aviación) había determinado la proyección. Allí estaba mi cuerpo físico sobre la cama, pero yo no estaba en la acera ni Home ni persona alguna estaban conmigo.

Después subí la escalera, y recorriendo las habitaciones de la planta alta, miré a mis familiares mientras dormían. Entonces decidí volver a bajar para intentar la experiencia de tocar el cuerpo físico con mi mano astral. Esta experiencia me había sido sugerida por un amigo con el fin de establecer qué tipo de repercusión podía producirse en ese caso. Pero no pude lograr efectuarla, pues cuando me hallé a una distancia de poco más de un metro del cuerpo físico, perdí todo control sobre mí mismo entrando nuevamente en coincidencia.

Permanecí cierto tiempo despierto, oí al reloj dar las tres, y finalmente me quedé dormido. Un rato después comencé a soñar nuevamente. Esta vez soñé que me hallaba caminando por el patio de atrás de mi casa. En el sueño me daba cuenta de que estaba soñando. (Esto no es raro cuando uno ha adquirido cierta práctica en el control onírico).

Al lado de la casa existe un gran tanque de nafta de seiscientos galones; a este tanque dirigí mis pasos y tomando una llave inglesa que había sobre el mismo, comencé a golpearlo vigorosamente. (Recuérdese que se trataba de un sueño). El ruido de los martillazos pareció asustarme —tan fuerte era— y entonces recuerdo haber atravesado la pared de la casa y recorrido las distintas habitaciones hasta llegar a mi cuarto, donde desperté. Ya plenamente consciente, pude oír todavía los golpes asestados al tanque. Otras tres personas declararon haber escuchado también los golpes; los tres coincidieron en que el ruido había sido

exactamente igual al que podría haber producido alguien que hubiese golpeado el tanque con un martillo; pero, con la sorpresa que es de imaginar, ninguno de estos testigos había visto a persona alguna cerca del tanque en el momento en que se produjeron los ruidos.

Cuando la Voluntad criptoconsciente es puesta en acción por medio de la Voluntad consciente resulta en extremo difícil llegar a dominarla; las más de las veces el sujeto termina por "tirar la esponja". Esto explica por qué suele ocurrir que uno no consiga una cosa hasta que no cesan sus esfuerzos y abandona toda tentativa de lograrla. Es entonces cuando la Voluntad criptoconsciente —la voluntad superior— tiene una oportunidad de materializar la "tendencia", obteniendo finalmente lo que el sujeto ansiaba.

El método de la *Voluntad pasiva* pone en acción la Voluntad criptoconsciente con mucha mayor facilidad; es por eso que frecuentemente el mételo de proyección de la Voluntad pasiva tiene éxito en tanto que el de la Voluntad activa no lo tiene. Claro está que la repetición (es decir, el desarrollo de un hábito) constituye otro procedimiento para poner en marcha a la Voluntad criptoconsciente.

Pero lo que no sabemos es la forma en que la "fuerza" es manipulada por la Voluntad criptoconsciente, ni tampoco cómo se torna hiper-positiva la Voluntad criptoconsciente; lo que sí sabemos es que cuando esto sucede, debido a la acción de cierta impresión

proveniente de otra sección de la mente, la "fuerza" por ella manejada se torna, por así decirlo, *sólida*.

En muchos aspectos, nuestras mentes, nuestras Voluntades, "fuerza" y "control", se comportan de la misma manera cuando estarnos *en* coincidencia que cuando estamos fuera de coincidencia. Adviértase el hecho de que el sonambulismo astral y el físico son semejantes, y también que así como hay levitación del cuerpo astral, también la hay del cuerpo físico, y que ambas son horizontales, haciendo que el cuerpo flote en el espacio.

Existe levitación vertical cuando el cuerpo se eleva directamente hacia arriba en el aire. Según se afirma, Home logró flotar en su cuerpo físico y salir de una ventana para entrar en otra, a una altura de veinte metros del suelo, en presencia de tres testigos oculares: eran éstos el conde de Dunraven, Lord Lindsay y el capitán Wynne, todos ellos hombres respetables y dignos de fe. Wallace lo denominó "milagro moderno". Sir Arthur Conan Doyle declaró que la hazaña de Home había despertado en él un profundo interés por los fenómenos ocultos. Sir William Crookes fue testigo de muchas levitaciones singulares de Home. En el último Congreso de Psiquistas, Schrenck Notzing leyó una comunicación en la que se daba cuenta del caso de un joven alemán que practicaba la Yoga y que había logrado realizar ya unas veintisiete levitaciones físicas.

No cuesta mucho imaginarse la enorme energía que debe manejar la mente criptoconsciente para poder

hacer flotar a la masa del cuerpo físico. Si se emplea esta misma energía en el manejo del cuerpo astral, de un peso probablemente mil veces menor que el físico, resulta evidente la facilidad con que éste podrá ser controlado.

Cuando la Voluntad criptoconsciente entra en actividad y el sujeto se halla libre de su cuerpo físico, comienza a moverse a merced de la Voluntad que lo gobierna, y es frecuente que rebote aquí y allá, incapaz de "frenar" a la fuerza que lo mueve. Claro está que al hablar de "frenos" nos referimos a la Voluntad consciente.

EL SEXO DEL CUERPO ASTRAL

En varias oportunidades se me ha formulado la pregunta —se han contado algunos espiritistas entre los interesados, pese a que éstos debieran saberlo por si mismos— acerca de si el cuerpo astral retiene o no sus órganos sexuales. ¡Por supuesto! Después de todo lo dicho acerca de la duplicación exacta de las dos contrapartes, casi parece una pérdida de tiempo insistir en el asunto, pero, con todo he de repetirlo una vez más: la contraparte astral es el *duplicado exacto* del cuerpo físico, punto por punto, célula por célula.

INTERRELACION EXISTENTE ENTRE EL CUERPO FISICO Y EL ASTRAL

Sabernos que el cuerpo físico se halla conformado de acuerdo con las leyes físicas, a las cuales obedece. Siendo esto así, (y siendo el astral un exacto duplicado del físico) resulta evidente que es el cuerpo físico quien dota de forma al astral. Cabe suponer entonces, que no es sino esta la finalidad del cuerpo físico, es decir, dar forma a nuestro espíritu. Dijo Cristo: "El cuerpo es el templo del espíritu." Andrew Jackson Davis parece haber tenido una idea similar, pues en *The Harmonial Philosophy* se expresa en la forma siguiente:

"El cuerpo del hombre es el goce de toda la naturaleza orgánica y el cuerpo espiritual está formado por el cuerpo exterior. El cuerpo físico constituye la concentración focal de todas las fuerzas. La representación última de cada partícula de materia es llevada a cabo por el hombre. El cuerpo del espíritu es el fruto de la organización física. No quiero decir con esto que el espíritu sea creado, sino que su estructura se forma por medio del cuerpo exterior.

"La mente misma no es una creación o forma última de la materia, sino que la organización mental es el resultado de un refinamiento material. La finalidad de un hueso físico es configurar un hueso espiritual; la de un músculo físico la de hacer un músculo espiritual; no la esencia sino la forma... El oído físico se halla animado por un oído espiritual. En una palabra, todo el

cuerpo exterior no es sino la representación de otro imperecedero."

> Más adelante vuelve a decir Davis: "El espíritu es sustancia y aunque no difiere de la materia, no obedece a la ley de gravedad.

Todas y cada una de las experiencias de cualquier persona constituyen una demostración cabal de que el espíritu es sustancia, puesto que cada uno de nosotros desplaza al cuerpo de mi lugar a otro. Puede llegar a movernos, incluso, sin pensar, dado que el principio espiritual oculto se compone de todas las fuerzas vitales. El espíritu del hombre demuestra su propia sustancialidad por medio de sus propias manifestaciones normales.

"Si bien el espíritu del hombre tiene sustancia y peso, y también elasticidad, divisibilidad y las muchas cualidades fundamentales y propiedades de la materia, obedece, no obstante —como acabamos de indicar— a otras leyes superiores a la gravitación ordinarias y otras fuerzas físicas conocidas. Lo cierto es que la naturaleza del hombre es doble. Así, tiene dos ojos, dos cerebros, dos manos, dos pies, des pulmones; el corazón humano es doble y lo mismo todas las partes del sistema"

"Los órganos visibles dobles provienen de principios invisibles iguales y éstos son masculinos y femeninos Actúan recíprocamente, regulando todo aquello que sea animación y actividad. El uno se contrae, el otro se expande. Estos principios forman reunidos, una

unidad, impartiendo una acción única al sistema doble... El espíritu, a diferencia de los cuerpos inanimados, actúa sobre un principio positivo y negativo a la vez, en virtud del cual el espíritu sostiene al cuerpo y el cuerpo sostiene al espíritu..."

"Si el organismo de un espíritu es sustancia, entonces —en tanto sea sustancia— deberá pesar algo cuando escapa del cuerpo material, el ser espiritual no pesa más de la decimasexta parte de una libra, pero continúa absorbiendo los elementos del aire invisible hasta tornarse relativamente pesado, y no solo adquiere un poder de gravitación, sino también el poder de vencerla... Las doctrinas espiritistas nos enseñan que el ser más íntimo de un hombre es un Espíritu que fluye a través de las sensaciones nerviosas;... que piensa y razona, que experimenta emociones mejores, más nobles y más puras que las formas, fuerzas y cosas que lo rodean; que enseña al intelecto y al corazón a reconocer verdades más elevadas que aquellas circunstanciales que lo aprisionan. Es, en suma, la invisible presencia de lo Divino, en lo Humano visible."

He aquí, pues, la teoría de Davis sobre la interrelación existente entre el cuerpo físico y el astral. El cuerpo físico se halla bajo el imperio de las leyes físicas, en lo que a su forma y configuración se refiere. De modo pues que, si el cuerpo astral es su duplicado exacto, también deberá obedecer en lo que a su configuración respecta, a las mismas leyes físicas. Sea ello como fuere, esta teoría no podría explicar la forma asumida

por aquellos seres que mueren antes de la madurez; por ello debemos aceptar la teoría de que los seres pueden tener una configuración astral propia, independiente de la física.

COMPOSICION DEL CUERPO ASTRAL

Otra pregunta que me suelen formular aquellos que tienen noticia de mis proyecciones astrales es ésta: "¿De qué está hecho el cuerpo astral?" y cuando yo confieso que no lo sé, jamás dejan de hacer un comentario sarcástico.

Sin embargo, no veo por qué, el hecho de que yo no conozca la composición de mi cuerpo astral ha de restar crédito a todo lo afirmado con respecto a aquél. La cierto es que ni siquiera conozco la composición de mi cuerpo físico y es evidente que he tenido muchísimas más oportunidades de estudiar a éste que al astral. Por qué se pretende que un proyector, cuyos viajes por el astral son sumamente breves, resuelva todos los misterios habidos y por haber, es algo que no puedo comprender —sin duda, un misterio más— especialmente si se tiene en cuenta que los "espíritus científicos" no logran explicarnos estas cosas aun después de haber habitado en el astral durante varios años.

Ciertamente, eso sería profundamente injusto. El hecho de que no pueda explicar la composición del cuerpo astral no debe restar crédito en lo más mínimo

a cuanto he dicho acerca de él. En realidad ha sido para mí una gran desilusión no haber podido establecer la naturaleza del cuerpo astral. Pero mi fracaso no parece sino ser un fracaso general más que personal, pues no parece existir persona alguna en la tierra capaz de explicar su composición. Hay quienes aluden al cuerpo astral llamándolo el "doble fluido". Lodge afirma que es "etéreo".

La creencia más difundida es que no difiere considerablemente de la materia, consistiendo la única diferencia en la disposición relativa de los átomos. Personalmente, yo comparto esta última opinión. Veamos por ejemplo, lo que dice el doctor Henry Lindlahr al respecto:

"Esta fuerza vital constituye la fuente primera de toda energía, la fuente de la cual derivan todas las demás formas de la energía. Es independiente del cuerpo, como así también de los alimentos y de la bebida, así como la corriente eléctrica es independiente de la bombita de vidrio y del filamento de carbón a través de los cuales se manifiesta bajo la forma de calor y luz. La ruptura de la bomba incandescente, si bien extingue la luz, no disminuye por ello en lo más mínimo la cantidad de electricidad que había detrás de ella.

"En forma semejante, cuando el cuerpo físico 'perece', como nosotros decimos, la energía vital prosigue actuando sin ninguna disminución en su potencia, a través del cuerpo espiritual-material, que constituye la réplica exacta del cuerpo físico, pero cuyos átomos y

moléculas materiales son infinitamente más refinados y vibran a velocidades infinitamente mayores que los que componen el cuerpo físico-material. Esto no es una cuestión puramente especulativa sino un hecho demostrado por las ciencias naturales."

"Cuando San Pablo dijo: 'Existe un cuerpo natural y otro espiritual', no hizo sino afirmar un hecho real de la naturaleza. Sería imposible, en verdad, concebir la supervivencia de un individuo después de la muerte, sin la existencia de algún cuerpo material que le sirviera de vehículo a su conciencia, a su memoria y a sus facultades racionales, a manera de instrumento para el cumplimiento de las funciones físicas."

"Por lo tanto, si hemos de considerar la supervivencia del individuo después de la muerte como un hecho natural y la inmortalidad corno una posibilidad humana, tendremos que aceptar como necesaria la existencia de un cuerpo material y otro espiritual."

"Sir Oliver Lodge sostiene que la sustancia del cuerpo espiritual es éter. Para mí esto es inconcebible. El éter es impalpable y omnipresente. Es, hasta donde llegan los conocimientos de la ciencia, el elemento primordial, universal, que forma parte de toda la *materia* existente. Pero el éter por sí solo no constituye ni puede constituir materia. Los átomos de los diversos elementos consisten en cargas eléctricas negativas, o electrones que giran alrededor del centro positivo... Y esto vale, sin duda, tanto para la materia física como para la espiritual... La única diferencia que existe entre ambas es que los átomos y moléculas de la materia

espiritual son de naturaleza infinitamente más refinada y vibran a mayores velocidades que los átomos de la materia física."

"Los órganos sensorios del cuerpo espiritual se hallan en armonía con esas vibraciones más rápidas y finas. Por lo tanto, la materia espiritual se presenta a la vista y al tacto espirituales tan real y sustancial como la materia física a nuestros órganos físicos de los sentidos."

"De estos argumentos se desprende que la ciencia moderna da la razón a Pitágoras quien enseñaba, veinticinco siglos atrás, que toda la materia estaba formada por tres elementos: la sustancia, el movimiento y los números. Según la ciencia moderna, la 'sustancia' de Pitágoras es el éter universal; el 'movimiento', la electricidad, y los 'números' el número de electrones que vibran en el átomo y el número de átomos que se mueven en una molécula." Tal, pues, la opinión de Lindahr sobre la composición del cuerpo astral.

Aunque en la actualidad no conocemos con certeza la composición exacta del cuerpo astral, la mayoría de los ocultistas son de opinión de que no está lejano el día en que la ciencia haya de resolver este interesante problema en forma definitiva. Pero si alguna vez se resuelve, tendrá que ser en un laboratorio y no, como muchos parecen creer, mediante el simple examen de un proyector durante una proyección consciente. Esto es tan imposible corno podría haber sido tratar de

resolver la naturaleza del cuerpo físico mediante su mera observación.

CALCULO DEL PESO DEL CUERPO ASTRAL

Hace algunos años se afirmó humorísticamente en cl Congreso Internacional de Espiritismo celebrado en París, que el espíritu de un hombre pesa aproximadamente lo mismo que el ¡bigote de una pulga! Las opiniones de los ocultistas no parecen estar de acuerdo en lo que al peso del cuerpo astral se refiere. Por mi parte, yo no creo en absoluto que se conozca a punto fijo el peso del "doble" de un hombre.

Andrew Jackson Davis creía que pesaba alrededor de una onza. Otros afirman que no pesa absolutamente nada. Sin embargo, puesto que es sustancia, el cuerpo astral tiene que tener algún peso. En este sentido, son de gran interés los experimentos llevados a cabo por dos físicos holandeses, los doctores Malta y Zaalberg Van Zelst, de Hague. Estos investigadores se esforzaron por establecer la composición y estructura del cuerpo astral.

Idearon al efecto un instrumento en extremo complicado, que denominaron "dinamistógrafo", y por medio de este instrumento (según afirman) lograron obtener una comunicación "directa" con el mundo espiritual, sin servirse de médium alguno. En otras palabras, colocaron el aparato en una habitación, y observaron sus movimientos a través de una pequeña

ventana de cristal situada en la pared, comprobando que la máquina era manejada, aparentemente, por inteligencias espirituales, y las largas "comunicaciones" así establecidas, fueron registradas por medio de un dial provisto de letras, colocado sobre la parte superior del dinamistógrafo.

Existe un libro en francés titulado *El Misterio de la muerte* donde puede encontrarse una detallada reseña de estos experimentos. En su obra *Modern Psychical Phenomena,* Carrington, por su parte, también los ha resumido; (en el capítulo "Comunicación instrumental con cl mundo de los espíritus'). Extraigo de este artículo algunos párrafos relacionados con el cuerpo astral, cuya existencia fue establecida en aquellas experimentaciones.

Puesto que eran físicos, estos investigadores se dijeron a sí mismos: "Investiguemos y determinemos la estructura física y química exacta de este cuerpo —su disposición y actividad molecular— y averigüemos, si es posible, su composición precisa, tal como podríamos hacer con cualquier otro cuerpo." He aquí las conclusiones alcanzadas como resultado de una larga serie de experimentos que no podemos detenernos ahora a examinar:

"El cuerpo es susceptible de contracciones y expansiones, por acción de la Voluntad —esto es, la Voluntad del cuerpo astral— siendo la expansión de unos 1,26 mm., o sea 1/40.000.000 de su propio volumen, y la contracción de dimensiones mucho más considerables, es decir, de cerca de 8 mm., lo que

equivale a 1/6.250.000 de su volumen. Su peso específico es cerca de 12,24 mg. más liviano que el hidrógeno y unas 176,5 veces menor que el del aire.

"La Voluntad actúa sobre este cuerpo en forma mecánica, haciendo que se expanda (eleve) o contraiga (descienda) al tiempo que la acción tiene lugar. Está sujeto, de este modo, a la ley de la gravedad. Existe una fuerza X (desconocida) que mantiene unidas a las moléculas del cuerpo. Los átomos que lo componen son en extremo "pequeños y pesados, pero se hallan muy separados unos de otros. La densidad interna del cuerpo es más o menos igual a la del aire exterior. En caso de que aumente la presión del aire que rodea al cuerpo, la del aire que se encuentra en su interior aumenta .proporcionalmente... También se calculó el peso de este cuerpo, hallándose que era éste de unos 69,5 gramos."

Hasta cierto punto, estos resultados concuerdan con algunos experimentos llevados a. cabo por el doctor Duncan McDougall, de Haverhill, Mass., hace algunos años. Estos consistieron en pesar a cierto número de pacientes agonizantes por consunción en el momento de morir. A este efecto, se colocaba la camilla con el cuerpo en una balanza de alta precisión, registrando así el peso de paciente junto con el de la cama, las ropas, etc. En el momento de producirse la muerte, la aguja de la balanza sabía bruscamente.

El peso perdido en esta forma resulté ser, en cuatro de seis casos, de unos 65 a 70 gramos. Esto parece constituir una interesante confirmación de los

experimentos realizados en Holanda. También parece demostrar que el cuerpo astral es, en cierto sentido, un objeto material, todo lo tenue que se quiera, pero material al fin.

LAS ROPAS DEL FANTASMA

Los fantasmas de los muertos y los de los vivos han sido vistos en muchas ocasiones por ojos terrenos. Uno de los argumentos (negativos) al que con más frecuencia suelen recurrir los escépticos es el de que el fantasma se presenta *vestido* —los observadores pueden describir por lo general el atuendo del ente astral— de modo que (afirman ellos) solo puede tratarse de una alucinación, pues si bien es cierto que el cuerpo físico podría tener un duplicado astral, ya no es posible afirmar que las ropas también lo tengan; en consecuencia, (afirman los escépticos) el espectro, en caso de aparecer, solo puede hacerlo desnudo.

Es perfectamente natural que el escéptico esgrima este argumento exigiendo una explicación de quienes afirman la realidad de estos fenómenos. Pero a su vez podría preguntársele al escéptico: "¿De dónde saca el chico sus ropas cuando se convierte en un nuevo habitante del mundo físico? ¿No le ha sido preparado el ajuar de antemano?" Entonces el escéptico replicará afirmativamente; pues bien, en forma similar puede sostenerse que las ropas del espíritu le han sido preparadas de antemano.

En vanas ocasiones se me preguntó si podría arrojar alguna luz sobre este problema de la indumentaria del fantasma y desde ya me apresuro a declarar que no es mucho lo que puedo decir al respecto. Me limitaré, pues, a comunicar lo que yo he observado. En lo que a la creación de las ropas se refiere, sé tanto de ello como de la creación de mi cuerpo físico o de mi astral.

Pero hay algo que parece evidente y es esto que la ropa del fantasma es *creada,* es decir, que no constituye un duplicado de la ropa física. El problema capital seria entonces, a mi parecer, el de *cómo* son creadas estas ropas. En efecto, toda vez que me encuentro vestido en mis proyecciones, me pregunto invariablemente de qué estará hecha era ropa, de dónde vendrá, cómo habrá llegado a mí, y cuál será su aspecto.

Creo haber dicho ya que por lo general duermo bastante ligero de ropas, a fin de evitar los sueños depresivos con la consiguiente depresión del cuerpo astral en caso de producirse una proyección. Por otra parte, cuando las circunstancias lo han hecho necesario, he dormido en pijama. Es sumamente curiosa la forma en que se produce la duplicación astral; en efecto, nueve de cada diez veces encuentro, al despertarme en el astral, todo tan perfectamente duplicado que apenas alcanzo, a darme cuenta de que me encuentro fuera de mi envoltura física; recién cuando comienzo a moverme o trato de establecer contacto con los objetos (físicos) que me rodean, adquiero la certeza de hallarme proyectado.

Casi podríamos asegurar, pese a no contar con el testimonio de todas las personas que han muerto, que la primera impresión de la gran mayoría de ellas al despertarse en el cuerpo astral, debe ser la de que se hallan en el cuerpo físico. Lo cual nos demuestra hasta que punto se duplica perfectamente el mundo físico en el astral. Claro está que todo esto debe hallarse gobernado por alguna Inteligencia superior que el individuo lleva dentro suyo.

Todas las peculiaridades de nuestra vida completa ya están establecidas de antemano para nosotras en el astral. Es esta, precisamente, una de las cosas que más confunden en el mundo astral. Si el individuo se ha mantenido apartado de la sociedad en la vida real, lo más probable es que al despertarse en el astral se encuentre en condiciones de aislamiento semejantes.[6] En lo que a mí respecta, he pasado la mayor parte de mi vida alejado de los grupos sociales y siempre, al despertarme en el astral, me he hallado en medios semejantes, encontrándome solo rara vez con otros seres. Aunque pueda parecer extraño al lector, no es esto, por ello, menos cierto.

Y si hemos dado estos ejemplos, solo ha sido a fin de ilustrar cómo puede prolongarse en el astral un hábito desarrollado durante la vida. Fuera de esto, también existe aquella duplicación que tiene lugar en el momento de producirse la proyección (pasajera o permanente) cuando el sujeto despierta para encontrar todo duplicado. Es en esta categoría de fenómenos (duplicación) donde debemos situar la duplicación de

las ropas del espíritu. En general, he comprobado que cuando mi cuerpo físico estaba vestido con una ropa determinada, también mi astral aparecía vestido con aquella prenda. He dicho *generalmente.* Pero también aquí he observado algunas excepciones a la regla, todo lo cual no hace sino demostrar las excentricidades de la inteligencia rectora. En efecto, sucede a veces que el cuerpo físico se encuentra vestido de una manera dada, pero el astral se presenta vestido de otra manera; por lo común, con una especie de gasa blanca, a manera de película envolvente. Esto no es en forma alguna insólito, siendo quizás la razón de que los "fantasmas" hayan sido asociados invariablemente con las vestimentas blancas.

A veces los observadores confunden este atuendo astral con un "aura" y otras veces el aura es confundida con la indumentaria. Existe no obstante una diferencia. Podría suceder que el cuerpo astral estuviera desnudo y entonces el aura actuaría a manera de ropa. En realidad, mi creencia personal es que las ropas del espíritu están formadas por el aura. Algunas veces al aura se presenta más densa que otras; también parece agolparse en ciertos puntos con mayor densidad que en otros, haciendo que el espíritu asuma un aspecto granulado realmente detestable. Claro está que esto es solo lo que parece al observador y no su naturaleza real.[7]

Nadie se aflija con el temor de que pueda llegar a despertarse desnudo en el astral, avergonzándose por

ello, puesto que allí estará el aura para rodearlo, y no bien comience a pensar en la necesidad de cubrirse con ropas, descubrirá con sorpresa que sus pensamientos se han materializado en otras tantas prendas para su astral. El pensamiento crea en el astral y la apariencia exterior será la reproducción exacta de lo que el sujeto es en espíritu. De hecho, todo el mundo astral está gobernado por el pensamiento.

En cierta ocasión observé que de las emanaciones que rodeaban a mi cuerpo astral se formaba cierto número de prendas exactamente iguales a las que cubrían mi cuerpo físico, pese a hallarse ambos cuerpos separados por no más de un metro. En otra ocasión me desperté para encontrarme viajando con la velocidad intermedia. Un aura sumamente densa me rodeaba, tan densa, en realidad, que apenas podía ver mi propio cuerpo. Y así permaneció, hasta que el espíritu arriba a cierto punto donde quedó vestido con el atuendo típico del "fantasma".

Puede suceder que al despertarse el sujeto en el astral ya esté vestido. Se hace evidente, de este modo, que la misma sección de la mente subconsciente que determina los fenómenos de duplicación fabrica, por así decirlo, las ropas que visten al astral— Cualquiera que haya experimentado una proyección *consciente,* comprenderá de inmediato que la mente *consciente* no crea necesariamente el atuendo del espíritu, como algunos parecen creer.

La ropa *es creada.* De eso no puede caber ninguna dula. Es creada por la mente interna, del mismo modo que son creadas las formas pensadas, aun por a mente consciente. En cuanto al proceso mismo de la creación, nada podría decir al respecto, exactamente por la misma razón de que nada puedo decir acerca de la creación de la materia física. Pero, de acuerdo con mis observaciones las ropas parecen estar formadas del aura coloreada que rodea al cuerpo astral. En efecto, cuando uno ve formarse las ropas (proceso que tiene lugar en forma casi instantánea) éstas parecen constituirse corno resultado de un espesamiento del aura alrededor del cuerpo.

Recuerdo varios casos en que me encontré vestido en el astral, apenas unos instantes después de haberse producido la discoincidencia.

En muchas oportunidades mi madre me ha visto, estando exteriorizado. Unas contadas veces gocé de conciencia al mismo tiempo, y mientras ella me veía a mí, yo la veía a ella. En otras ocasiones, mi madre me ha visto rondar por los alrededores de la casa en medio de la noche, sin que yo guardara más tarde recuerdo alguno de haberlo hecho (proyección astral inconsciente).

En todas esas oportunidades mi madre me describió las ropas que llevaba puestas y pese a que, según he dicho antes, el espíritu se halla vestido por lo general con una réplica exacta de la ropa que el organismo físico tiene puesta, ella no reconoció muchas veces el pijama que llevaba puesto, comprobando

posteriormente su primera impresión. Nunca terminaría si comenzara a narrar todas las experiencias y ensayos de esta naturaleza que han tenido lugar dentro de los límites de mi propia casa, habiendo ocurrido, en su mayoría, sin ninguna preparación previa; en otras palabras, en la mayoría de las ocasiones en que fui "visto" solo se trataba de proyecciones involuntarias, lo cual elimina toda posibilidad de alucinación inducida por la "sugestión".

Hay quienes afirman que no existen los espíritus desnudos. Eso es absurdo. Los espíritus se visten según la moda y las costumbres de los lugares geográficos en que han vivido. En el plano terreno existe una gran cantidad de razas que viven desnudas o semidesnudas. De igual modo, también existen en el plano astral.

En cuanto a las ropas del espíritu, he aquí lo que escribió cierto autor: "¿De dónde sacó Cristo sus ropas cuando resucitó después de su muerte? Los Evangelios dicen con toda claridad que los soldados se habían repartido sus ropas echando suertes."

En ciertos aspectos mis observaciones personales sobre la cuestión de la indumentaria espiritual coinciden parcialmente con las de Carolina D. Larsen. Veamos lo que esta autora expresa en su libro *Mis viajes por el mundo de los espíritus:*

"Puesto que el cuerpo astral es una copia exacta del físico, los hombres y las mujeres siguen siendo tan hombres y mujeres en el mundo de los espíritus como

en la tierra. Todas sus características peculiares y cualidades masculinas o femeninas permanecen invariables. Los espíritus, al igual que los humanos, usan ropas... Las prendas se forman de la siguiente manera: de todos los espíritus emana un aura intensa, una luz pseudo-fosforescente. Esta aura se halla bajo el completo control de la mente. Es con esta sustancia cómo se modela el atuendo del cuerpo.

"En primer término, inmediatamente después de la muerte, se efectúa el modelado que es, en la mayoría de los casos, un acto inconsciente. Pues no bien se separa un espíritu del cuerpo físico, queda inmediatamente vestido, aun cuando su vestimenta no sea más que una especie de sudario. Pero a medida que la mente recobra el control de sí misma, el acto de vestirse se torna consciente y las características del atuendo dependen en gran medida del gusto del individuo."

"De modo pues que inmediatamente después de la muerte, cuando el espíritu se halla completamente dominado por las ideas y hábitos terrenos, los seres astrales adoptan por lo general las moda, y los tipos de vestidos que habían preferido durante su vida. De modo que lo que más me llamó la atención, en mis primeras andanzas por el astral, fue el extrañó espectáculo ofrecido por la multitud de espíritus vestidos exactamente igual que cualquier mortal, con prendas terrenales."

"En el mundo de los espíritus es el color del aura el que revela la calidad del espíritu. Todos los colores

oscuros denotan un bajo grado de evolución. A medida que el espíritu se hace más avanzado los colores del aura se tornan más y más brillantes. Claro está que estos colores del aura determinan también el color de las ropas del espíritu. De modo tal entonces, que el carácter la calidad y el grado de evolución del espíritu están indicados por el color de sus ropas."

6: De los casos que se conservan registrados de casas y lugares encantados (frecuentadas por espíritus), se desprende que los ermitaños a menudo quedan cautivos. — S. M.

7: En su libro *Ghostly Phenomena,* pág. 4, Eliot O'Donnell, describe al "fantasma" que le tocó presenciar cierta vez. De acuerdo con la descripción, éste tenía una "cara enorme y chata, cubierta de repugnantes manchas amarillas, más o menos del tamaño de una moneda de tres peniques". El cuerpo desnudo estaba cubierto de manchas similares — H. C.

"SEGUN PIENSA EL HOMBRE"

Todo esto me recuerda otro punto, quizás el de más difícil comprensión de todos los involucrados en los fenómenos astrales: me refiero al hecho de que todas las cosas del plano astral parecen estar gobernadas por el pensamiento, más precisamente, por la mente del proyector. Según piensa, ¡así es el hombre! Cuando pienso en como transmitir al lector todo lo que esto significa me desespera comprobar mi total incapacidad para expresarlo en forma adecuada. De modo que solo puedo repetir: aquello que uno *es* en espíritu, será también en la realidad, cuando su cuerpo astral esté proyectado.

Si alguna vez llega a aprender el lector a proyectarse conscientemente, su asombro no tendrá límites al observar las respuestas que invariablemente siguen a su pensamiento. Permanentemente tendrá la sensación de que no puede ni lejanamente pensar con la velocidad necesaria. A mi juicio, es muy posible que tras una permanencia prolongada en el plano astral resulte posible superar esa dificultad. La mayoría de las veces, sin embargo, en que el sujeto piensa, antes de haber podido completar una idea, ya ha obtenido lo que se proponía.

Veamos lo que dice Cora L. V. Richmond al hablar de sus propias experiencias fuera del cuerpo: "Cada vez me torné más y más consciente de que la totalidad de mi ser, libre ya de las cadenas de los sentidos corporales, podía percibir y recibir en forma perfecta la respuesta de cada interrogante, aun antes de su completa formulación en el pensamiento."

Resulta casi increíble, pero la voluntad subconsciente puede obtener el resultado deseado aún antes de que este deseo se haya formulado en la mente. Así, el sujeto piensa en visitar a un amigo y, antes de haberse hecho este pensamiento completamente consciente, se encuentra ya en la casa del mismo. Claro está que es la Voluntad subconsciente la que tiene mayor dominio sobre el proyector durante todo el transcurso de la proyección —pero cuanto más frecuentes se hacen las proyecciones— lo cual equivale a decir, cuanto más tiempo permanece uno en el astral, mayor se hace el dominio de la Voluntad consciente.

Un individuo puede moverse a lo largo de una calle en el cuerpo astral y *pensar:* "¿Qué sucede en el interior de esa casa?" E instantáneamente se encuentra a si mismo en el interior de la misma o bien adquiere de pronto la facultad de *ver* dentro de aquélla, etc. Esto explica, al mismo tiempo, por qué todo es tan incierto en el plano astral: ¡Nunca puede decirse lo que va a suceder!

PURGATORIO

Pese a todo lo maravilloso que el ser Astral pueda parecer, se halla, en cierto sentido, en medio de una especie de "confusión" o desconcierto; esta es la razón por la que no existen dos personas que tengan experiencias similares; en efecto, lo que puede ser cierto en una ocasión, bajo cierta condición particular de la mente, podría ser completamente diferente en otra oportunidad, con un estado espiritual distinto. Es como si la mente *creara* su propio medio y este medio fuese, al mismo tiempo, *¡real!* Pero este estado determinado no puede prolongarse indefinidamente; por el contrario, es una suerte de purgatorio donde uno debe aprender a pensar correctamente con la mayor rapidez posible.

Nadie podría librarse de esta condición pensando incorrectamente, así como nadie puede remediar sus males con dinero; en efecto, los pensamientos erróneos crean su propio medio erróneo. Este "lugar" de que estamos hablando (que yo me he tomado la

libertad de denominar plano astral) se encuentra aquí sobre la tierra, en medio de la atmósfera terrena. Quizás el lector crea que lo que suele llamarse "purgatorio" no encierra ninguna significación especial; sin embargo, ese término resulta particularmente adecuado para designar el estado astral inferior.

En lo que a los estados astrales superiores se refiere, nada puedo decir acerca de ellos. Hay algunos médiums que pretenden haberse proyectado a diversos planos y subplanos del mundo astral, suministrando informes específicos acerca de las diversas características de los mismos. Yo por mi parte, jamás he tenido proyección consciente alguna como no haya sido en el plano terreno, tan terreno, como éste que habito en mi cuerpo de carne y hueso. Algunos me han dicho que no me encuentro lo bastante "evolucionado" y que, en caso de estarlo, tendría que alcanzar forzosamente otros planos durante las proyecciones. De acuerdo con lo que afirman algunos médiums, es tanta su perfección, que en el momento de la muerte, a no dudarlo, se verán inmediatamente proyectados en el ¡Vigésimo Plano! Mucho me temo que más de uno de estos médiums estén en un lamentable error...

No hay nadie que comprenda al mundo astral. Nadie podría comprenderlo. Es demasiado complejo. Lo que en una ocasión resulta cierto, es, en la siguiente, cualquier cosa menos la verdad. El mundo astral solo puede ser objeto de especulaciones polémicas y

discusiones, y son muchas las teorías diferentes que se han expuesto tratando de explicarlo.

La opinión más difundida es que el plano astral se compone de siete planos y siete subplanos. No pido disculpas por el hecho de admitir que nada se acerca de la verdad o no verdad de esta séptuple escala de planos que constituyen, según se afirma, el Plano Astral Universal. Son muchos los proyectores que afirman haberlos visto, conducidos por "guías" quienes se encargan de explicarlo todo. Pero yo no debo haberles caído simpático a estos guías, pues jamás me he encontrado con ninguno...

En todas las experiencias conscientes fuera del cuerpo que tuve hasta ahora, jamás vi ser alguno como no fueran los seres terrenos que siempre había visto en el mundo físico. He visto, sí, espíritus astrales entre los terrenos, pero ninguno que pudiera servirme de guía Se me ha dicho que uno debe hallarse "altamente evolucionado" para poder pasar más allá de la atmósfera terrena; quizás sea ésta, después de todo, la razón por la cual yo no he visto todas esas cosas maravillosas que afirman haber visto otros proyectores durante sus exteriorizaciones.

En todo caso, siempre me he proyectado en la atmósfera terrena y estoy convencido de que prácticamente todos habrán de despertar al morir, en la atmósfera astral terrena que hemos llamado "purgatorio". Qué ocurre más allá de este purgatorio, es cosa que no podría decir; sin embargo, pueden encontrarse en el mercado varios libros de proyectores

que pretenden haber penetrado en los Reinos Superiores, como así también innumerables volúmenes que tratan de la vida que sucede a la muerte, todos ellos al alcance de cualquier lector interesado.

Existe, sin embargo, algo que *sé* positivamente, y es ello que en la atmósfera terrena —en este purgatorio de los muertos— se encuentran los entes astrales que "frecuentan" a los terrenos. Es decir, que hay infinidad de espíritus de personas muertas habitando en este plano terreno, si bien son intangibles con respecto a los objetos físicos.

Las modernas corrientes espiritistas sostienen que el Espíritu solo reside pasajeramente en el astral, para luego continuar su incesante progresión hacia reinos cada vez más elevados. Existe otra escuela que afirma la existencia del mundo astral, pero, a diferencia de las anteriores, sostiene que los espíritus de los muertos que lo habitan solo se hallan allí en espera de una futura reencarnación, a fin de habitar nuevamente en la carne.

El catolicismo, en todos los tiempos, ha mantenido la teoría del 'purgatorio". En este sentido, la Iglesia Católica se aproxima a las enseñanzas del Espiritismo más que cualquier otra religión; en ambas concepciones el "purgatorio" constituye un estado pasajero, intermedio, en donde los "espíritus" de los muertos se preparan para una vida más permanente. Es sumamente curioso que tanto los católicos como los espiritistas sostengan que las almas puedan ser

ayudadas durante su permanencia en el purgatorio por los ruegos de los vivos.

En el purgatorio de los muertos, la mente del espíritu regula sus condiciones de vida; en él, los viejos hábitos y deseos terrenos siguen haciendo presa todavía del espíritu. De este modo, el ente astral debe aprender a pensar correctamente, puesto que son los pensamientos los que lo gobiernan.

EL PENSAMIENTO COMO SOSTEN DEL CUERPO ASTRAL

No es sino el pensamiento el que sustenta al cuerpo astral. ¿Cree acaso el lector que el ser astral camina sobre el piso de una casa porque éste lo sostiene? ¡De ningún modo! ¡Jamás! El espíritu es completamente independiente del piso. De hecho, no realiza el menor contacto con el mismo. Y, no obstante, puede caminar sobre él. ¿Por qué? Simplemente porque el pensamiento lo sostiene.

En el cuerpo físico siempre ha caminado sobre pisos y, por la fuerza del hábito (profundamente arraigado en la mente subconsciente) sigue caminando ahora en ese nivel, en lugar de hacerlo en otro cualquiera. La costumbre de caminar sobre el piso permite al espíritu hacerlo también en el astral, manteniéndolo en el mismo nivel del piso. De este modo, el deseo de caminar por un piso más elevado también podría sostener al astral, permitiéndole hacerlo. La Voluntad

subconsciente regula el peso del cuerpo astral, haciendo que éste se eleve o caiga, o bien que permanezca a una altura dada. También la Voluntad consciente puede hacerlo.

Jamás una mente mortal podría explicar todos esos fenómenos. Jamás podría un hombre explicar cómo crea "realidad" el pensamiento en el mundo astral. Imagínese el lector caminando sobre el piso alto de una casa, como si aquél lo sostuviese, ¡pero sin hacer contacto alguno, en realidad, con el mismo! Claro está que cualquiera supondría que la sensación experimentada en estos casos debe ser sumamente extraña. Sin embargo no lo es. En realidad, el espíritu ni siquiera se da cuenta de ello; sin embargo, si uno comienza a pensar en esto —como he hecho yo muchas veces— entonces el espíritu se cae a través del piso. ¿Por qué? Simplemente porque el proyector piensa que el piso, al no hacer contacto con su cuerpo, ¡no puede sostenerlo!

Si podemos avanzar inconscientemente en esta forma, ello se debe a que la Voluntad subconsciente mantiene al cuerpo debido a la fuerza del hábito en esa posición. Cuando el lector camina en el físico, con toda seguridad que no piensa en lo que está haciendo. Y tampoco repara en ello cuando se encuentra en el astral; simplemente se trata de un hábito, en otras palabras, de una expresión subconsciente. Del mismo modo, cuando el sujeto sube o baja escaleras en el cuerpo astral, no repara en el hecho de que no pisa

realmente sobre los escalones. Pero bastará que piense en ello para caer verticalmente.

Todo esto guarda un sorprendente parecido con la historia bíblica donde se narra el cruce de Cristo sobre las aguas; corno recordará el lector, era el pensamiento el que entonces lo sostenía; pero cuando Pedro al intentar hacerlo pensó en el aparente milagro, se hundió inmediatamente. No cabe la menor duda de que Cristo era capaz de caminar sobre las aguas. En efecto, era capaz de elevar el cuerpo físico por levitación. También hubiera podido hacerlo, naturalmente, en el cuerpo astral, con solo pensar que podía, y Su pensamiento lo habría sostenido como habrá de sostenernos a todos y cada uno de nosotros cuando soltemos en forma definitiva las amarras físicas.

He aquí otro ejemplo todavía, a fin de ilustrar todo lo errático que puede ser el funcionamiento de la mente en el astral. Por regla general tratamos de evitar los automóviles, en nuestra vida terrena, cuando cruzamos las calles. En todos nosotros se ha formado el hábito de mirar a ambos lados antes de cruzar una calle, a fin de comprobar si se acerca algún vehículo.

Cierta vez me ocurrió encontrarme proyectado en el astral, caminando por la vereda. Pues bien, aunque a la luz de la reflexión resulte absurdo, entonces me pareció sumamente natural detenerme en la esquina para ver si venia algún auto. ¡La fuerza de la costumbre! Otras veces, sin embargo, consciente de

que ningún auto podía hacerme el menor daño, jamás me detuve a ver si se aproximaba o no alguno.

En forma análoga, uno se siente inclinado, a veces, a evitar las personas. El sujeto puede hallarse caminando por una vereda y al salirle una persona de carne y hueso al paso, puede ocurrir que la esquive inconscientemente. Otras veces, por el contrario, el sujeto pasará simplemente a través de cuantos transeúntes le salgan al paso, sin pensar por un solo momento en la posibilidad de chocar con ellos. Todo lo cual no sirve sino para mostrar que (en el astral) lo que sucede en una ocasión puede muy bien no suceder a la siguiente; todo depende del pensamiento, consciente o inconsciente, que domine a la mente en cada caso.

En lo que a atravesar otros seres terrenos se refiere, no está demás decir que la primera vez que uno experimenta esta sensación se recibe una impresión casi sobrenatural. Hay quienes afirman que en estas oportunidades, el ser terreno, al ser atravesado, experimenta una especie de soplo frío. No sé si esto será cierto o no, pero lo dudo; el astral, por lo menos, no siente nada en absoluto en esas ocasiones, corno no sea la extraña impresión de atravesar objetos corpóreos.

No hay palabras que puedan expresar la sensación de "prodigio" que se adueña del proyector cuando se torna perfectamente consciente en el purgatorio de los muertos y ve a los espíritus cautivos, cabalga por el aire, se sostiene a si mismo con el pensamiento, pasa

a través de seres y cosas materiales (que no le ofrecen más resistencia que el aire) y escucha la "charla" de seres que ni sospechan siquiera su presencia.

"Charla", charla, sí, que no otra cosa parece lo que los seres terrenos hablan entonces, cuando uno los contempla desde ángulo tan milagroso y sobrenatural. No es pues nada extraño, que pronto se olviden los muertos de escuchar la trivial charla de los vivos.

Y sin embargo, pese a todo lo maravilloso que encierra el plano astral, es agradable volver a sentirse en el cuerpo físico y poder "tocar" otra vez ¡Tocar! ¡Si tan solo pudieran palparse las cosas en el purgatorio! ¡He aquí el verdadero "infierno"! Yo encuentro casi milagroso que ciertos espíritus cautivos que se hallan bajo la influencia de la súpertendencia de un hábito o deseo de realizar un determinado contacto "palpable", no se vuelvan locos. Solo existe un remedio en tal estado: alejarse de lo terreno "querer" poner fin a la tendencia de ese hábito y deseo imposibles.

LOS ESPÍRITUS CAUTIVOS NO SON NUMEROSOS

Los espíritus en cautiverio no son tan numerosos como podría creerse. Uno de los errores más corrientes es creer que no bien se abandona el cuerpo físico, se tornan visibles miles de espíritus en derredor de uno. No es éste el caso sin embargo, pues si bien existen algunos no son muchos. Lo más frecuente es

no ver ningún espíritu durante la proyección. Por lo general, uno se encuentra absolutamente solo: un extraño en medio de una tierra extraña y familiar a un tiempo. Según se afirma, en las calles de las grandes ciudades, existen cientos de espíritus o de seres astrales en permanente contacto con los de carne y hueso.

Hay quienes afirman que una vez que el sujeto se halla proyectado conscientemente en el astral, es capaz de ver a grandes distancias. Esta, como todas las demás afirmaciones de este tipo, no siempre es cierta. En realidad, difícilmente pueda contestarse una sola pregunta relacionada con el plano astral sin tener que decir: "a veces sí, pero otras no".

Bien podría suceder que un sujeto se proyectase, encontrándose en medio de una situación dada, y volviera a interiorizarse, persuadido de que ya sabe todo cuanto hay por saber acerca del mundo astral. Sin embargo, tan solo sabría algo acerca de la situación particular que le tocó experimentar. Dada la inmensa variedad de situaciones posibles, son muchas las descripciones referentes a fenómenos astrales francamente contradictorias; lo que un médium da como evidente y natural, otro lo rechaza por absurdo o falso. Y esto vale también para los espíritus. No hay dos espíritus, en efecto, que piensen en la misma forma.

Y ya que estamos tratando el tema de los espíritus cautivos, permítaseme citar otra experiencia con ellos relacionada. (De ser esto posible, podría escribir otro

volumen con la narración de todas las experiencias que he tenido a lo largo de muchos años de proyecciones en el astral; aquí, sin embargo, me he limitado a citar aquellas que, por una razón u otra, arrojaban cierta luz sobre el fenómeno). Podríamos llamarla:

UNA LUCHA CON UN DEMONIO ASTRAL

En 1923 un hombre que vivía en mi misma ciudad murió de cáncer al estómago. La esposa de este individuo era muy amiga de mi madre y, pocos días después del sepelio, tuvieron oportunidad de hablar extensamente. Le confió así (la esposa del muerto) una cantidad de cosas que durante la vida del marido había mantenido en secreto, que revelaban el verdadero carácter de aquél. Según ella, había sido un verdadero bruto, lleno de vicios y malas condiciones; pues bien, ciertas cosas que luego me contó mi madre, relativas al muerto, hicieron que le cobrara un odio profundo. Recuerdo claramente cómo me "hirvió la sangre" de rabia al enterarme de ciertos actos realizados por el muerto.

Esta conversación tuvo lugar alrededor de las siete y media de la tarde y a las nueve de la noche ya me había olvidado del incidente por completo. Esa noche, al acostarme, experimenté una proyección consciente. Había pasado por las primeras etapas del proceso con toda felicidad, aterrizando con mis pies fuera del límite de actividad del cable, en completa libertad. Entonces

di unos cuantos pasos hacia adelante, pero luego me detuve para echar un vistazo a mi cuerpo físico. (Es algo esto que rara vez deja de hacerse).

Mis ojos tropezaron con un espectáculo aterrador y vergonzoso a la vez. Allí estaba F. D. (el muerto), mirándome como un loco.

Jamás podré olvidar mientras viva la salvaje expresión que tenía su rostro. Instintivamente comprendí que deseaba vengarse, lo cual me hizo experimentar un profundo terror. No sabía en absoluto qué hacer, pero antes de que atinara a reaccionar, ¡se abalanzó sobre mí! Durante unos instantes nos trabamos en lucha, en la que él llevaba la mejor parte, mientras me maldecía y golpeaba con todas sus fuerzas.

Su fuerza resultó considerablemente superior a la mía en aquel momento, pero un instante después descubrí de golpe que mi fuerza rectora me arrastraba hacia "dentro". Cuando este poder vino en mi ayuda, F. D. solo parecía tener la fuerza de un pigmeo, pues pese a haberse aferrado con todas sus fuerzas de mi cuerpo astral, éste siguió moviéndose sin la menor vacilación hacia el cuerpo físico. Al llegar dentro del radio de actividad del cable, una fuerza todavía mayor pareció infundirse en mi ánimo.

Pese a todos los esfuerzos del demonio para sujetarme, me elevé en el aire horizontalmente, alcancé la posición directamente encima del cuerpo físico y me *precipité* sobre éste, en una caída que

determinó probablemente la repercusión más violenta que jamás haya experimentado.

En todo el proceso me había hallado tan lúcido como lo estoy en este momento o como lo estás tú, lector, mientras lees estas líneas. Los escépticos dirán que esto solo fue una pesadilla; pero yo sé muy bien cuándo estoy consciente y sé también, cuando estoy consciente, lo que es real y lo que no lo es. ¡Y ésta no fue una pesadilla! ¡Fue todo real! Fue tan real como podría serlo cualquier pelea con un ser de carne *y* hueso.

¿No pretendía Lutero, acaso, haber luchado con un demonio? ¿Quién sabe? ¡Tal vez sea cierto! Aunque nunca las he leído, me han informado que en la bibliografía espiritista se conservan registros de sucesos bastantes semejantes al aquí narrado.

CAPITULO XV

OBSESION

Y esto nos lleva al tema de la "obsesión". Entre los propios espiritistas existe una polémica con respecto a si los espíritus cautivos espíritus en el purgatorio pueden o no ejercer influencias malignas sobre los mortales. Quien escribe estas líneas cree firmemente en la posibilidad de la obsesión causado por los espíritus. No es lógico que los espiritistas y ocultistas sostengan, por una parte, que los buenos espíritus pueden influir sobre las mentes terrenas, y por otra, que los espíritus malos no pueden hacerlo.

La ciencia moderna considera falsa la teoría de la obsesión espiritual, afirmando que todos los casos en que se supone la existencia de influencias por parte de los espíritus, no son en realidad sino casos de enfermedad de la mente y el cuerpo, siendo su único remedio posible una atención médica adecuada. Los Espiritistas experimentados saben, sin embargo, que, si bien existen muchos casos de obsesión aparente que pueden explicarse en esta forma, también los hay de verdaderas obsesiones ejercidas por espíritus desprendidos del cuerpo, poco evolucionados. Nada menos que William James dijo poco antes de morir:

"La resistencia de los estudios modernos a tratar la obsesión como una hipótesis por lo menos posible,

pese a toda la tradición basada en experiencias concretas que la apoya, me ha parecido siempre el más curioso ejemplo del poder que tiene la moda, aun en las disciplinas que consideramos ‘científicas’ ...

"No me cabe la menor duda de que la teoría de los espíritus (no necesariamente de los demonios) pronto encontrará amplias oportunidades de desarrollo. Ciertamente que hay que ser exageradamente 'científico' para permanecer ciego e ignorante a esta posibilidad".

El profesor J. H. Hyslop declara, en su obra *La vida después de la muerte:* "Afirmo y vuelvo a afirmar que la explicación de este caso reside en la obsesión, espiritual o demoníaca, tal como se la llama en el Nuevo Testamento. Antes de aceptar esta teoría, la combatí durante diez años, hasta convencerme finalmente de que la supervivencia después de la muerte estaba probada".

He aquí el caso mencionado por el doctor Hyslop:

"...Se trata aquí de un caso de disociación causado por el brutal tratamiento paterno; el resultado fue una forma de personalidad múltiple que los médicos consideraron incurable, pronosticando a la paciente el manicomio como destino cierto hasta el fin de sus días. Los distintos médicos hicieron diagnósticos diferentes; para unos se trataba de paranoia, para otros de demencia precoz, etc., pero donde los médicos fracasaron, la paciencia y cuidado de un clérigo lograron restaurar a la niña su salud mental.

Fue así como se tomó con el tiempo capaz de encarar un vasto negocio relacionado con la cría de aves, llegando a ser vicepresidenta de la asociación encargada de su fomento, presidiendo las asambleas y reuniones con inteligencia y con toda presencia de ánimo.

"Posteriormente, ya curada, fue sometida a ciertos experimentos con un psiquista, los cuales demostraron que se trataba de un caso de obsesión por la acción de los espíritus. La profesión de médium comienza a desarrollarse como un medio eficaz para impedir los casos de obsesión maligna. Gracias a este tratamiento, los pacientes pueden retornar a su vida normal".

Al referirse a las consecuencias implicadas por esta posición teórica, expresa más adelante nuestro autor: "Lo más notable de estos casos es el efecto revolucionario que habrán de tener en el campo de la medicina. Es perfectamente posible que miles de enfermos a quienes se diagnosticó paranoia curen con este nuevo tratamiento. Es hora ya de que el mundo médico abra los ojos y aprenda algo".

En "el caso 89", que relaté algunos capítulos antes bajo el título general "Duplicación de la Sensibilidad y la Obsesión", encontramos un ejemplo en extremo interesante de la obsesión de que puede ser objeto un ser terreno por parte de un espíritu astral. A estarnos a lo que dice la Biblia, se desprende que el propio Cristo creía firmemente en la acción obsesiva de los espíritus malignos, pues no fueron pocos los casos en que

demostró ser capaz de "expulsar los demonios" de las personas por ellos atormentadas. También San Pablo creía que los espíritus malignos podían influir sobre los seres terrenos al igual que los espíritus buenos.

Algunos espíritus obsesionan de intento, otros, sin saberlo. A menudo, el propio espíritu se halla obsesionado, como en el caso del "89". La tendencia del deseo terrenal es tan fuerte en el astral, que si hay algo que debe maravillarnos es precisamente que no sean miles las personas obsesionadas por estos entes astrales que se esfuerzan en vano por regresar a sus cuerpos materiales y aplacar sus deseos. Casi no hace falta decir que las inteligencias que obsesionan a los individuos terrenos son espíritus situados en el purgatorio.

Pueden encontrarse algunos casos sorprendentes de obsesión —en los que los entes obsesionantes dieron pruebas evidentes de su propia existencia independiente— en los libros de J. Godfrey Raupert: *Los peligros del espiritismo, El espiritismo moderno* y *El problema supremo* también en la obra del doctor Peebles, *La obsesión espiritual: Los demonios a través de los tiempos.* En el artículo del doctor C. H. Carson sobre *La Obsesión* se hallará un examen único del tema; Carrington, por su parte, ha recopilado gran número de casos excepcionales que presentan todos los signos aparentes del histórico fenómeno.

El libro del doctor Carl Wickland, *Treinta años entre los muertos,* también trata el tema de la "obsesión". Es interesante destacar que el doctor Wickland posee un

instituto en Los Angeles, California donde anualmente se curan decenas de pacientes "obsesionados" mediante el tratamiento espiritista ordinario. No es corto el número de autores e investigadores modernos que han llegado finalmente a la conclusión de que la "obsesión" espiritual es un hecho auténtico.

Una de las principales objeciones que suele formularse contra la práctica de la proyección del cuerpo astral es que, mientras el espíritu se halla exteriorizado fuera del cuerpo, podría suceder que un ente astral extraño se introdujese en el organismo físico, impidiendo así a su verdadero propietario (el proyector) retornar nuevamente a su cuerpo. Reconozco que nada puedo decir acerca de la mayor o menor probabilidad de este tipo de obsesión; sin embargo, se me hace difícil aceptar como cierta esta teoría con tanta frecuencia defendida por los espiritistas, y en verdad existe una razón para que este tipo de obsesión no sea probable.

En efecto, si un ente cautivo no tuviera más que introducirse en un organismo físico cuando el astral se encuentra proyectado para procurarse un nuevo cuerpo físico, todas las noches habría cientos de víctimas, pues noche a noche, no debemos olvidarlo, hay cientos de personas que se exteriorizan, viajando en sus cuerpos oníricos, ya sea que se percaten o no de ello. No podríamos afirmar, pues, categóricamente, que los entes cautivos saquen partido de este hecho, asumiendo el control del organismo físico así abandonado. No cabe ninguna duda de que muchos

de los llamados peligros de la proyección astral han sido objeto de grandes exageraciones.

En tanto que los psicólogos atribuyen todos los casos de personalidad dual y hasta múltiple a la disociación o "rupturas" de la propia mente del sujeto, muchos espiritistas eminentes sostienen que gran parte de esos casos son frutos, simplemente, de la obsesión espiritual. Según me parece a mí, los Espiritistas llevan, con mucho la mejor parte; en efecto, sus argumentos son lógicos, pudiendo explicar el origen de la conciencia ajena que esos individuos presentan y mostrar cómo se ha desarrollado esa conciencia. Los psicólogos, por el contrario, no siempre parecen poder proporcionar una explicación satisfactoria de la forma en que se desarrolla esta segunda conciencia, y muchas de las explicaciones a que entonces recurren son cualquier cosa menos plausibles. [1]

Sabemos perfectamente, claro está, que *todo* lo que se llama "obsesión" no es necesariamente obsesión espiritual y que, en infinidad de casos, la propia mente del sujeto puede obsesionarse a sí misma

LOS REGISTROS AKASHICOS

Existe una difundida creencia de que, toda vez que una persona se encuentra proyectada fuera de su cuerpo físico en el plano de fuerzas o astral, se halla dotada de la facultad de ver tanto en el pasado como en el futuro. En todas mis proyecciones conscientes,

sin embargo, solo me ha tocado ver el presente, así como solo el presente me es dado ver mientras escribo estas líneas.

Hay quienes afirman que en cierto punto, en el plano de fuerzas, existe un registro de todas las cosas que se hayan dicho o hecho nunca y que, en ciertas condiciones, se puede "leer" este Registro. Aunque jamás los he visto —los Registros Akáshicos, como los llaman— y aunque tampoco he visto nunca el futuro, estando *consciente,* he vivido sin embargo, en estados parcialmente conscientes, en el cuerpo astral, ciertos hechos que no me habían ocurrido todavía en la vida física. En seguida daré más detalles acerca de estas experiencias; entre tanto, permítaseme resumir lo que otros autores han dicho acerca de los Registros Akáshicos.

Los Registros Akáshicos no se encuentran incluidos en ningún Libro de grandes proporciones, sino que constituyen otras tantas impresiones de todas las palabras, de todas las escenas y actos que hayan ocurrido desde el principio de los tiempos en el Eter Universal o "Luz Astral". No debe parecernos esto demasiado maravilloso, sin embargo, pues, si bien en pequeña escala, poseemos algo parecido en nuestra memoria. En alguna parte de nuestro ser se conserva el cuidadoso registro de nuestro pasado. Diséquese el cerebro y no se encontrará la más mínima huella de lo que llamamos "memoria". Y sin embargo, cada vez que se recuerda un hecho pasado, se tiene la prueba de que éste se halla registrado en algún punto oculto e

invisible. ¿Dónde pues, está la memoria? ¿Son los Registros Akáshicos mucho más misteriosos que nuestra propia memoria? La física nos enseña que la luz viaja con una velocidad de unos 300.000 kilómetros por segundo. Existen estrellas fijas tan distantes de la tierra que la luz que partió de ellas hace miles de años recién ahora está llegando a nosotros. Podemos mirar una estrella fija, pero no la vemos como es ahora, o en el punto que ocupa realmente, sino como *era* y donde *estaba* cientos de años atrás, cuando los rayos de luz que ahora impresionan nuestra retina, habían salido de ella.

Veamos lo que dice Carrington al respecto:

"La luz necesita un tiempo considerable para recorrer tan enormes distancias, aun a la velocidad de 300.000 km/seg. (esto equivale, como sabrá el lector, a dar siete vueltas y media a la tierra en un segundo). Según estos cálculos, la luz que nos llega del sol necesita ocho minutos para recorrer la distancia que separa a la tierra de aquel astro.

"Pues bien, si uno mira al sol, aunque lo vea aparentemente en este momento, solo ve el sol como era hace ocho minutos y no el sol como es en este preciso momento; el sol de este momento recién podremos verlo dentro de ocho minutos; de modo tal que si hubiera una carrera de caballos en el sol, nosotros recién los veríamos correr ocho minutos después de concluida la carrera.

"Teóricamente, si el sol se alejara de nosotros y pudiéramos seguir viendo lo que en él sucede, la luz, en lugar de necesitar ocho minutos para llegar a nosotros podría requerir un año, y entonces estaríamos viendo las cosas que sucedieron un año antes. Pues bien; algunas estrellas se encuentran a distancias tan grandes que su luz necesita cientos de miles de años para llegar a nosotros, viajando a la velocidad de 300.000 km/seg. (En astronomía las distancias se calculan por medio de lo que se llama unidad 'año luz'; esta unidad representa la distancia que recorre la luz en un año; para tener idea de las dimensiones del universo digamos que hay estrellas distantes a medio millón de años luz).

"Todo lo cual nos lleva a este punto: supongamos que algo sucediese en la tierra y que al mismo tiempo hubiera alguien en el espacio, a una distancia suficiente, para ver, al contemplar a la tierra, lo que sucedió aquí hace un año; es decir, que la luz que partió de nuestro globo hacia el espacio hace un año, llegará a ese punto en este momento. Supongamos ahora que un sujeto realice cierta acción; dentro de un año el observador teórico situado en aquel punto hipotético podría ver esa acción, es decir, la acción seria registrada dentro de un año (o dentro de cien, mil o un millón de años X, según la distancia a que se encuentre el observador hipotético).

"De modo tal que si uno pudiera *alejarse* suficientemente en el espacio, siempre existiría un punto, teóricamente, en que podría verse aquella

acción registrada en el éter. De modo tal que en ese punto dado las imágenes de los antiguos egipcios están poniendo actualmente, una a una, todas las piedras que forman la Gran Pirámide. La propia creación del mundo puede verse en este momento en el espacio, a una distancia determinada"

Así por ejemplo, vemos todavía la luz de estrellas que han dejado de brillar hace cientos de años. Las vibraciones lumínicas, puestas en movimiento largo tiempo atrás, existen todavía, después de haber desaparecido la fuente que las originó. ¿Son acaso los Registros Akáshicos más misteriosos? Según se afirma, el éter universal, posee un registro fiel de todo lo que ha sucedido desde el principio de los tiempos los hindúes sostienen que si uno se encuentra lo bastante evolucionado puede llegar a leer estos registros.

Veamos cómo se expresa Swarni Panchadasi, uno de los grandes maestros del arte de la proyección astral:

"Desplazándose hacia cierto punto del tiempo, en la cuarta dimensión, puede verse el cuadro animado de la historia de cualquier parte de la tierra y correspondiente a cualquier época, desde el principio del mundo hasta el presente, o bien la crónica puede invertirse viajando hacia atrás, es decir, remontándose hasta los orígenes del tiempo.

"También puede viajarse en el astral en las dimensiones espaciales ordinarias, y si así se desea,

ver los hechos que ocurrieron simultáneamente en la tierra en un tiempo dado.

"Si hemos de atenernos a la verdad, sin embargo, debemos admitir que los registros reales del pasado... solo se encuentran en un plano mucho más elevado que el astral y que lo que el sujeto alcanza a vislumbrar no es sino un reflejo (prácticamente perfecto, sin embargo) de los registros originales.

"No obstante, hasta la misma percepción de este reflejo en la luz astral requiere un elevado grado de evolución oculta... Un clarividente ordinario, sin embargo, puede captar a menudo vislumbres ocasionales de estos cuadros astrales, siendo capaz de describir con bastante precisión ciertos hechos que pertenecen al pasado".

Nada más por ahora sobre los Registros Akáshicos que, lamentablemente, el autor de este libro nunca tuvo el placer de contemplar.

1: Es conveniente recordar que aun los psicólogos ortodoxos y los investigadores más científicos han tenido sus dudas, por momentos, con respecto a la veracidad de las explicaciones psicológicas ordinarias de estos casos. Así, al referirse a la maravilla de "Watseka" (Lurancy Vennum) el doctor Hodgson declara que, a su juicio, ese caso pertenecía a la "Categoría Espiritista". (Boletín de la S. P. R., Vol. X, pág. 103.) En forma semejante, el doctor William M'Dougall se vio forzado a concluir que "Sally", en el caso de Beauchamp (Morton Prince: *The Dissociation of a Personalíty* también era un "Espíritu". Véase su análisis del caso en el artículo "El caso de Sally Beauchamp", Boletín de la S. P. R., Vol XIX, págs. 410 a 431), especialmente la página 430. — H. C.

LA EJECUCION DE HECHOS FUTUROS EN EL CUERPO ONÍRICO

Ya sabemos que ciertos hechos (ocurridos en el pasado) pueden volver a vivirse en el astral en el transcurso de un sueño proyectivo. Con frecuencia la mente, absorta en la contemplación del futuro, hace que el sujeto que sueña (proyectado) viva ciertos hechos que no han ocurrido todavía en el mundo material.

Claro está que se puede experimentar un sujeto en que se contemple el futuro, sin que el cuerpo onírico efectúe alguna acción aparente: pero ocurre frecuentemente (especialmente en los casos de individuos con particular predisposición hacía la proyección) que al mismo tiempo que se produce el sueño con contemplación del futuro, el cuerpo astral *participa* activamente en el mismo. Por mi parte, he tenido varias experiencias de esta clase, encontrándome, al despertar de un sueño, en plena ejecución astral de los hechos sonados. He aquí un ejemplo de una experiencia ocurrida hace ya muchos años:

Soñé que salía por la puerta del frente de mi casa y caminando por la calle, me dirigía a la escuela. (Para llegar a la escuela podía seguir indistintamente dos caminos: uno de ellos, el trayecto más directo, pasaba por el distrito residencial del pueblo; el otro, más largo, por la zona comercial. Al regresar a la escuela, después del almuerzo, casi invariablemente elegía la

zona residencial, puesto que ese camino era el más corto y directo)

En el sueño, oía que alguien me llamaba, al tiempo que caminaba por la calle, y al darme vuelta, un amigo mío que vivía a varias cuadras de mi casa, se me acercaba corriendo para alcanzarme. Ambos éramos compañeros de grado, de modo que en el trayecto hacia la escuela comentábamos a comentar los problemas de la clase de la tarde.

Llegábamos así, finalmente, al punto en que las rutas divergían; una, a través de la zona comercial, la otra, por el distrito residencial.

Como era mi costumbre, yo comenzaba a caminar por este último camino, esperando que mi amigo me siguiera. Pero éste me había dicho "ven, vamos por la ciudad, total tenemos tiempo de sobra".

De este modo, optábamos finalmente por el camino que llevaba a través de la zona comercial. Me detuve entonces a mirar la vidriera de un negocio y, viendo un par de medias sumamente bonito entré a comprarlo. Luego reanudamos nuestra marcha hacia el colegio. Al llegar al parque, vi a un compañero que se acercaba hacia nosotros, a quien reconocí de inmediato. Cuando estuvo a corta distancia, me escupió uno de los zapatos, y luego, haciendo una mueca se escapó a toda marcha. Claro está que el chico era un diablo.

Unos pocos instantes después, a medida que avanzaba hacia el edificio de la escuela, comencé a

tornarme cada vez más consciente, comprendiendo, aun antes de haber adquirido una completa lucidez, que realmente me hallaba caminando por el parque. Desperté entonces completamente en el astral, comprobando que mis acciones habían sido reales; pero las personas del sueño habían desaparecido y yo estaba solo en mi cuerpo astral.

Varias semanas después de haber tenido este sucio ocurrieron en la realidad todos los hechos antes narrados. Así, salí de mi casa canino a la escuela; mi amigo me alcanzó corriendo; caminamos juntos hasta la encrucijada donde aquél me convenció de seguir por el camino que llevaba a través del distrito comercial; vi las medias en la vidriera de una tienda y las compré; atravesamos el parque y nos salió al encuentro el mismo diablejo que había visto en el sueño, y, también corno en el sueño, se nos acercó rápidamente. Entonces le dije al compañero que iba conmigo: "Este me va a escupir el zapato". Y así lo hizo efectivamente, haciendo una mueca y huyendo luego precipitadamente.

Como se desprende de este ejemplo, el cuerpo astral ejecutó un hecho que no ocurrió en el mundo físico sino varias semanas después. He aquí otro caso más:

En la primavera de 1927 me desperté una noche en el astral, hallándome en un lugar extraño; se trataba de un parque en extremo atrayente. Miré en mi derredor, observé sus características, tomando nota de muchos rasgos especiales, como así también de su aspecto general. Me llamo particularmente la atención una alta

pared de piedra y dos pequeños puentes que cruzaban un arroyo

No tenía el menor recuerdo de haber visitado nunca este lugar, ni tampoco sabía dónde se hallaba. Tampoco pude recordar más tarde el trayecto recorrido por el astral en su regreso al cuerpo físico. Recién dos meses más tarde, al realizar un viaje con un amigo, acerté a visitar un parque en cierta ciudad, situada a unas cincuenta millas de ni pueblo, comprobando que se trataba exactamente del mismo lugar que había visitado previamente en mi cuerpo astral.

Son muchas las experiencias semejantes a ésta que podría citar.

Basten sin embargo, como ejemplo, las dos mencionadas más arriba. En realidad, difícilmente pasa una sola semana sin que se produzca algún sueño con contemplación del futuro; sin embargo, solo en algunas ocasiones adquiero conciencia durante el sueño, pero siempre para comprobar que me encuentro en plena ejecución, en mi cuerpo onírico, de la acción contemplada.

He observado el hecho de que cuando se experimenta un sueño proyectivo con contemplación del futuro, casi siempre éste comienza con alguna actividad rutinaria. Es decir que el sueño, si bien comienza con una actividad perfectamente familiar, se desvía luego, siguiendo un curso diferente; de este modo, el sujeto ejecuta en su sueño cierta actividad que tiene por

costumbre realizar a diario, hasta llegar a cierto punto en que ocurre algo novedoso que *todavía no ha sucedido* en la realidad. Mi sueño del trayecto a la escuela constituye un ejemplo acabado de este tipo de experiencias.

Por regla general, después de uno de esos sueños, éste se "materializa" durante el transcurso del día siguiente; pero también aquí, como en los casos que acabamos de mencionar, la acción no tiene lugar en la realidad sino hasta varias semanas después de haberla ejecutado el cuerpo astral. Por otra parte, puede muy bien ser que mi cuerpo astral haya ejecutado infinidad de sueños con contemplación del futuro, de los cuales nada recuerdo, puesto que no siempre se recuerdan todos los sueños, y no siempre se despierta el proyector en medio de su sueño. Es realmente lamentable que no podamos encontrar algún método para soñar a voluntad con hechos futuros...

Algunas veces, en medio de un sueño proyectivo, el sujeto puede encontrarse en medio de algún lugar extraño, y hallarse casi consciente, viendo todo cuanto sucede en su derredor. Pero, al despertar en su cuerpo físico, no sabe a ciencia cierta si los hechos ocurrieron realmente, atribuyéndolos, las más de las veces (al recordarlos); a los ensueños nocturnos. Es muy posible que nunca llegue a tener conocimiento de que lo soñado realmente tuvo lugar, siendo algo más que mera fantasía.[2]

1: Ver también en este sentido, cl notable libro de W. J. Dunne, *Un experimento con el tiempo,* en el cual no solo se narra un gran número de casos de este tipo, sino que también se explica la forma en que pueden tenerse sueños proféticos a voluntad, enseñando al lector el modo para lograrlo. — H. C

MUCHOS SUEÑOS CLARIVIDENTES SON CONFUNDIDOS CON PROYECCIONES ASTRALES

No debemos engañarnos con la creencia de que el cuerpo onírico ejecuta todos los sueños, pues ello no es así. Son muchos los que creen que durante todos los sueños el cuerpo astral se proyecta y ejecuta punto por punto la acción soñada. Pero nada más erróneo que esto. Hay casos en que el cuerpo astral no responde siquiera a lo soñado, permaneciendo totalmente inactivo. Así, es perfectamente posible soñar mientras el astral se halla en coincidencia con el cuerpo físico. En caso de que el sueño lleve al cuerpo (los dos en coincidencia) a una actividad efectiva, ésta se *manifestará* en la forma de sonambulismo físico.

Por otra parte, también puede suceder que el sujeto sueñe mientras el fantasma yace inmóvil en la zona de reposo. En otros casos, al tiempo que el sujeto sueña, el cuerpo astral se proyecta y ejecuta todo lo soñado en el verdadero lugar de la escena; o bien puede suceder que ésta sea creada exclusivamente por la mente, permaneciendo las demás partes del sueño perfectamente idénticas. Uno puede soñar con hechos que ocurren en cierto lugar distante, sin haberse proyectado hacia el mismo, exactamente del mismo modo en que un clarividente puede ver lo que ocurre a

grandes distancias sin realizar proyecciones efectivas hacia esos lugares.

Sin duda alguna, existen muchos casos mencionados siempre como ejemplos de proyecciones astrales, que no lo son en absoluto. He aquí una interesante experiencia de este tipo, recogida en los anales de la S. P. R. Pertenece a un miembro de la sociedad:

"Una mañana de diciembre de 18..., el sujeto[3] tuvo el siguiente sueño, o, como preferiría llamarlo, la siguiente revelación. Se encontró súbitamente en las puertas de la avenida del Mayor N. M., a varias millas de distancia de su casa. Rodeándolo, había un grupo de personas entre las cuales se hallaba una mujer con un cesto en el brazo; el resto eran hombres, cuatro de los cuales eran inquilinos del sujeto; en tanto que a los demás no los conocía.

"Algunos de los extraños parecían estar asaltando a H., uno de sus inquilinos, lo cual lo movió a intervenir. Entonces golpeó violentamente al hombre en el costado izquierdo y luego, con mayor violencia aun, le dio un puñetazo en el rostro, descubriendo con sorpresa que no había logrado derribarlo, el sujeto volvió a golpearlo una y otra vez con toda la violencia y el frenesí de un hombre que tiene ante su vista el espectáculo de un amigo indefenso, cobardemente atacado. Para gran sorpresa del protagonista de este sueño, descubrió que sus brazos, aunque visibles para sus ojos, carecían de sustancia y que los cuerpos de los hombres que golpeaba, como así también el suyo

propio, se confundían unos con otros después de cada golpe.

"Los golpes habían sido aplicados con toda la violencia de que el sujeto se creía capaz, pero no tardó en convencerse plenamente de su impotencia. Luego se disipó su conciencia, ignorando lo que sucedió después de haber sido presa de este sentimiento de insustancialidad. A la mañana siguiente A. experimentó la rigidez y el cansancio que suele sentirse después de un violento ejercicio corporal. Según declaraciones de su esposa, éste le había alarmado profundamente durante el curso de la noche, pues había comenzado a debatirse furiosamente, asestando puñetazos a diestra y siniestra, lo cual la hizo temer por su salud mental.

"El, a su vez, la puso al tanto de su sueño, rogándole que recordara los nombres de los amigos que en él habían participado. A la mañana del día siguiente (miércoles), A. recibió una carta de su agente, que residía en una ciudad muy próxima al lugar en que se había desarrollado el sueño, informándole que su inquilino había sido encontrado a la mañana del martes a las puertas de la avenida del Mayor N. M., privado del habla y aparentemente agonizante, debido a una fractura del cráneo. No había huella alguna de los asesinos.

"Aquella noche, A. partió para aquella ciudad, donde llegó el jueves de mañana. En su camino hacia los Tribunales, se encontró con el principal magistrado del distrito, pidiéndole que diera órdenes de arrestar a los

tres hombres que, aparte de H. W., había reconocido en su sueño, a fin de interrogarlos por separado. Las órdenes fueron cumplidas de inmediato.

"Los tres hombres suministraron idénticos informes de lo ocurrido, dando todos ellos el nombre de la mujer que había estado presente. Ésta fue arrestada, efectuando una declaración exactamente igual. Todos ellos declararon que el lunes de noche entre las once y las doce, habían estado caminando en dirección a sus casas, a lo largo de la carretera, cuando tres desconocidos les habían salido al paso; dos de ellos atacaron brutalmente a H. W., en tanto que el otro impedía que sus amigos lo defendieran. H. W. no murió, pero después de esta experiencia nunca volvió a ser el mismo hombre que antes; pasado algún tiempo, se fue a vivir a otro país".

Aunque este caso podría ser considerado un buen ejemplo de proyección astral, es cualquier cosa, sin embargo, menos eso. En realidad, el cuerpo astral del sujeto no se hallaba siquiera fuera de coincidencia, puesto que a la mañana siguiente sufría el cansancio y la rigidez provenientes de un violento ejercicio físico y, según las declaraciones de su esposa, durante la noche había asestado golpes a diestra y siniestra, como si lo hubieran estado matando.

Este es un caso típico de sonambulismo físico en que el sujeto se limitó a soñar lo que estaba ocurriendo en un lugar distante. En forma alguna podría haber estado proyectando el cuerpo astral en un punto distante, fuera del cuerpo físico, permaneciendo éste

activo todavía. Por eso, insisto nuevamente, no debemos engañarnos con la creencia de que el cuerpo onírico ejecuta todos los sueños fuera del cuerpo físico, o creyendo que aquellos hechos que pueden verse estando astralmente proyectados, no pueden verse si no es mediante la proyección astral.

Existen solo dos maneras de saber si uno se ha proyectado realmente o no. O bien algún clarividente deberá ver el cuerpo astral del sujeto, o el proyector tendrá que tornarse plenamente consciente en el lugar de la escena. Los sueños en que el sujeto cree hallarse en un lugar distante no tendrían que darse jamás como ejemplos de sueños proyectivos astrales por el solo hecho de que *parezcan* sumamente reales. En infinidad de casos de sonambulismo físico, el sujeto ha podido describir escenas distantes, refiriendo exactamente lo que allí había acontecido. Jamás pueden darse simultáneamente, en el mismo sujeto, el sonambulismo físico y la proyección astral.

Relacionado con esta visión a distancia se halla lo que podía llamarse la visión del medio inmediato, en esta última el sujeto que sueña ve todo lo que ocurre realmente en su medio inmediato, incluso en la propia pieza donde duerme. Estos sueños suelen ocurrir durante el día, a las horas de la siesta; no es raro que se produzcan algunos instantes antes de que el sujeto se despierte. Se suele sonar así, por ejemplo, que una persona dada está en la puerta, para despertar luego, un instante después, y descubrir que la persona en cuestión se hallaba realmente en la puerta.

3: El incidente ha sido narrado en tercera persona.

LA CONCIENCIA ONIRICA NO ES LA CONCIENCIA REAL

Se desprende de aquí pues, que existe una conciencia onírica diferente de la conciencia *real.* Se han escrito volúmenes enteros sobre casos de "proyección astral" en que el sujeto se halla tan solo dotado de conciencia onírica. Y es un hecho que mucha gente —aun aquellos que han tenido experiencias fuera del cuerpo— cree que es ésta la única conciencia que existe. Es por esta razón que la mayoría de los casos que se dan por ejemplos de verdaderas proyecciones conscientes son de un carácter más o menos fantástico.

Es absolutamente necesario dejar bien aclarado este punto: existe una conciencia onírica, en la que el sujeto ve exactamente lo que vería si estuviera *realmente* consciente, pero con el agregado de una mayor o menor dosis de fantasía. Podría llenar un libro entero contando todas mis experiencias de este tipo; ¿pero, cómo podría estar seguro de que eran realmente, después de todo, proyecciones del cuerpo astral? Que una persona dormida puede ver en un sueño clarividente escenas que se desarrollan en cualquier punto del plano terreno por distante que se encuentre, creyendo haberse proyectado realmente a ese lugar, es un hecho que no puede ponerse en duda. Son muchos los investigadores que lo han

demostrado. Yo, por mi parte, también he podido comprobarlo en infinidad de oportunidades. Puede suceder asimismo, que el sujeto vea hechos y escenas en sus sueños, Que se desarrollan en planos superiores, creyendo luego haberse proyectado a estos planos del espíritu, cuando, en realidad, su astral no se ha separado un solo milímetro del cuerpo físico.

En realidad, estoy convencido de que ésta es la forma en que ha sido reunida la mayor parte de la información relativa a la "vida espiritual"; es decir, que ciertos individuos que han soñado con los planos superiores, afirman luego haberse proyectado efectivamente, a estos reinos del espíritu. La convicción profunda de estos sujetos de haberse proyectado realmente, proviene de la aparente claridad de los sueños clarividentes.

He aquí un punto que debe recordarse: a menudo pueden verse, durante el sueño, distantes escenas y hechos terrenos, sin que medie proyección alguna, adquiriendo el *convencimiento* de haberse proyectado efectivamente. Sin embargo, estas experiencias son profundamente diferentes de las correspondientes a una proyección astral consciente. Así como no puede confundirse con la conciencia física, tampoco hay razón alguna para que se las confunda con la conciencia astral que, en definitiva, no es sino una y la misma conciencia. No puede haber punto de comparación; por un lado se trata de un sueño, por el otro de un estado de conciencia real.

Nadie que haya tenido alguna vez una verdadera proyección consciente puede confundir un sueño clarividente con una proyección consciente. No podrá haber lugar a confusiones, si se tiene siempre bien presente que uno puede existir fuera del cuerpo físico dotado de la misma lucidez y conciencia que en su interior.

LA MUERTE ES TAN SOLO UNA PROYECCION PERMANENTE

De todo este estudio de la proyección astral nos encontrarnos ya en condiciones de extraer una idea bastante aproximada de lo que acontece en el momento de la muerte. En efecto, después de todo, la muerte no es sino una proyección permanente, una proyección del cuerpo astral en la que el sujeto no regresa ya a su cuerpo físico.

La mayoría de las muertes tienen lugar, a no dudarlo, en estado inconsciente. El doctor Baillie concluye de "todas sus observaciones registradas ante el lecho de muerte, que la naturaleza ha dispuesto las cosas de modo tal que los hombres abandonen el mundo tan inconscientes como a él han venido". [4] Agrega luego este autor: "En toda mi experiencia no he visto un solo caso en que no se cumpliera esta regla contra cincuenta a favor."

Existen, sin embargo, algunos pasos excepcionales, en que la conciencia parece haberse conservado

hasta el último momento. Sir Benjamín Brodie, conjuntamente con otros investigadores, ha recopilado varios casos de este tipo. El profesor Hyslop es autor de un valioso artículo publicado en el boletín de la S. P. R. (junio de 1898), sobre "La Conciencia al morir". Destaca este autor el hecho de que el paciente parece muchas veces ser consciente de su propia muerte y que ello no sería teóricamente posible si hubiera de suponerse que la muerte implica la pérdida de la conciencia, pues ésta no podría ser consciente de su propia extinción. De todo lo cual se desprende que la conciencia no se *extingue* sino que tan solo *abandona* al cuerpo.

Puede considerarse afortunado aquél a quien la muerte lo torna desprevenido, durante el sueño, manifestándose sin violencia. Una muerte violenta representa un serio shock para la conciencia, imprimiendo la "tendencia" del shock en la mente subconsciente. Esto determina, en muchos casos, que la víctima permanezca en un estado de semidemencia, en la atmósfera terrena, corno ya vimos en varios ejemplos mencionados en este libro. La tendencia producida por una muerte violenta provoca, frecuentemente, al imprimirse sobre la mente subconsciente, una especie de obsesión en la víctima, impulsándola a vivir una y otra vez su propia muerte en el astral, llevando a veces esta obsesión, incluso, a otros seres.

Sin embargo, es perfectamente probable que la proyección permanente (muerte) y la pasajera sean de

naturaleza muy semejante, y que, por lo tanto, no haya dos personas que tengan exactamente la misma experiencia del "pasaje"' al reino de la muerte; así quizás, unos pasen conscientemente, otros, en estado parcialmente consciente, y otros, por fin, sin duda la mayoría, totalmente inconscientes. Algunos espíritus que luego retornan, declaran haber tenido una conciencia bastante clara del "pasaje". No estará de más citar, en este sentido, el caso de un soldado, Dowding, que narró su propia muerte mediante la intervención de un médium, Tudor-Pole:

"...Como Ud. ve, me daba mucha prisa por estos hechos ‘importantes’, importantes entonces para mí, pero ahora sin ningún valor real. ¡Cómo sobrestimamos la significación de las cosas en la tierra! En el campo de batalla tenía miedo de morir, pues estaba seguro de que esto significaría para mí la extinción total. Hay muchos todavía que creen eso. Y es justamente porque no se produjo esa extinción por lo que yo quiero hablarle.

"La muerte física no es nada. No hay en ella, en realidad, nada que temer. Algunos de mis compañeros se lamentaban de una suerte. Cuando ‘soné’ ellos pensaron que había muerto enteramente. Las cosas pasaron así. Recuerdo claramente todo el incidente. Estaba apostado detrás de una trinchera pronto a lanzarme al ataque; era una hermosa tarde. No tuve en absoluto ningún presentimiento especial de peligro, hasta que oí el zumbido de una granada. A éste siguió una violenta explosión en algún punto a mis espaldas.

Me encogí involuntariamente, pero ya era demasiado tarde.

"Algo me golpeó fuerte, fuerte, muy fuerte, contra el cuello. ¿Podré olvidarme alguna vez del dolor de aquel golpe? Es lo único desagradable que recuerdo. Entonces caí, y al hacerlo, sin que al parecer mediara intervalo alguno de inconsciencia, me encontré fuera de mi mismo. Como ve, le cuento mi historia con toda sencillez; así le resultará más fácil comprenderla. Sabrá entonces qué poca cosa es la muerte.

"Piense un minuto en lo que le digo. En un momento dado estaba vivo, dotado de mis sentidos terrenos, agazapado detrás de una trinchera, tranquilo, normal. Cinco segundos después me hallaba parado fuera de mi cuerpo, viendo cómo dos de mis compañeros llevaban mi cuerpo por el laberinto de zanjas de las trincheras, hacia el depósito... Me parecía estar en un sueño. Sin duda había soñado que alguien o algo me había derribado. Y ahora soñaba que me hallaba fuera del cuerpo. 'Pronto', me dije, 'me despertaré para encontrarme nuevamente en mi escondrijo, dispuesto al asalto'." [5]

Más tarde, el soldado raso Dowing escribió: "Mientras vivía en el cuerpo físico nunca pensé gran cosa acerca de ello. Muy poco era lo que sabía acerca de la fisiología. Ahora que vivo en otras condiciones sigo siendo tan indiferente como antes.

"Con esto quiero decir que todavía tengo, evidentemente, algún cuerpo de alguna clase, pero no

es mucho lo que podría decir acerca del mismo. No me interesa. Simplemente, me sirve. No me cansa. Parece tener la misma forma que mi cuerpo antiguo. Existe una diferencia sutil pero no podría analizarla... Cada uno de nosotros se crea sus propias condiciones y su propia suerte en el purgatorio. Si me dieran otra oportunidad, ¡qué diferente sería mi vida!... Nunca viví lo suficiente entre mis congéneres ni me interesé todo lo que tendría que haberme interesado en sus problemas."

Como se verá, encontramos en el relato del soldado Dowding infinidad de puntos que coinciden con las enseñanzas extraídas de la proyección astral pasajera. Por otra parte, Carolina Larsen cuenta, en su obra *Mis viajes por el mundo de los espíritus*, que en cierta ocasión pudo ver entrar y salir al cuerpo astral de un moribundo varias veces, antes de que lo abandonara definitivamente. He aquí la descripción que nos da la señora Larsen de este incidente:

"Si bien tanto mi esposo corno yo conocíamos perfectamente al señor G., no podría decirse que estuviéramos en muy buenos términos con él. Se trataba de un individuo entregado al alcohol y casi no había día en que no fuese víctima del vicio. Por razones particulares que no corresponde especificar aquí, terminó por perder completamente su juicio, lanzándose en una desenfrenada carrera de alcoholismo y drogas que concluyeron por matarlo.

"La misma noche en que murió, acerté a proyectarme en mi cuerpo espiritual. Traslademe entonces hacia su

casa. En el lecho yacía el señor G. víctima de terribles convulsiones provocadas por una dosis excesiva de alcohol y otras drogas. Junto a la cama se hallaban dos hombres que, según se me había dicho, estaban tratando de ayudarlo. (Mi propio esposo pudo corroborar esto mismo más tarde).

"De pronto vi que el señor G. se levantaba en su astral, separándose completamente de su duplicado físico. Inmediatamente inició una búsqueda desesperada alrededor del lecho, de una botella llena hasta la mitad de whisky y un frasquito con narcóticos que tenía escondido. Una vez que dio con ellos se esforzó por llevárselos a la boca. Al no poder hacerlo, una expresión angustiosa le nubló el rostro. Entonces retornó una vez más al cuerpo físico introduciéndose en éste completamente.

"Un momento después volvió a abandonar su forma mortal, solo para realizar punto por punto la misma operación anterior. Varias veces se repitió este mismo proceso pudiendo observarse cada vez que mientras el astral se hallaba proyectado, el cuerpo físico tornábase rígido como en la muerte, y que tan pronto como volvía aquél a coincidir con el organismo material, éste era nuevamente presa de terribles convulsiones.

"Finalmente, se proyectó, pero esta vez para siempre, y precisamente en el momento en que comenzaba a buscar las botella, advirtió mi presencia. Irguiéndose a medias, me clavó los ojos con una expresión de profunda estupefacción. Luego, con paso vacilante,

salió de la casa en la mayor confusión, ignorante por completo del hecho de que acababa de abandonar para siempre su forma física.

"Es significativo el hecho de que cada vez que salía de su cuerpo físico un aura de color marrón lo cubría instantáneamente con un traje similar al que siempre había usado. Aquel color no era sino signo de su falta de evolución espiritual."

Andrew Jackson Davis que fue testigo de más de una muerte, gracias a su facultad de ver astralmente, ha declarado que jamás presenció dos muertes iguales. En su obra *Harmonial Philosophy* puede encontrarse la siguiente descripción de un caso por él observado: "En la cama yace un ser humano prácticamente moribundo. Va a ser una muerte rápida. El cuerpo físico se torna cada vez más frío y negativo, a medida que los elementos del ser espiritual se hacen más positivos y aumenta su temperatura. Los pies son los primeros en enfriase el clarividente puede ver en este momento, exactamente encima de la cabeza, lo que podría llamarse un halo magnético; es éste una especie de emanación etérea, de aspecto dorado y palpitante, como si estuviera dotado de conciencia.

"Ahora el cuerpo se ha enfriado hasta las rodillas y los codos. La ola de frío asciende luego por las piernas hasta las caderas y hasta los hombros por los brazos. La emanación se expande más aún, aunque todavía no ha alcanzado a gran altura en la habitación. El frío de la muerte pasa sobre el pecho y a ambos lados del

paciente la emanación casi llega hasta el cielo raso. El sujeto deja de respirar y el corazón de latir.

"La emanación se alarga hasta tomar el contorno de la forma humana. Está unida por cierto vínculo con el cerebro. La cabeza del sujeto late interiormente; es un latido lento, profundo, desprovisto de dolor; es semejante al latido del mar. Las facultades mentales se conservan intactas, en tanto que casi la totalidad del organismo, se halla muerto. La emanación dorada está unida al cerebro por un hilo vital sumamente delgado.

"Se hace presente entonces en el cuerpo de la emanación algo blanco y brillante, semejante a la cabeza humana; luego se dibuja un débil contorno del rostro; después el cuello y los hombros y por fin, en rápida sucesión, todas las demás partes del cuerpo. Se configura así una resplandeciente imagen del cuerpo físico, si bien algo más pequeña, pero idéntica en todos sus
detalles...[6]

"El fino hilo vital sigue todavía adherido al antiguo cerebro. La última fase del proceso es la separación de este principio eléctrico. Cuando se corta este cable, el cuerpo espiritual se halla libre.

La muerte, sin embargo, no es un problema que preocupe demasiado a la mayoría de la gente, y si lo hemos tratado aquí, ha sido solamente en la medida que se relaciona con la proyección del cuerpo astral. Casi nunca se le ocurre pensar al individuo medio, que

tiene que morirse algún día. Y si el pensamiento (de su propia muerte) se le ocurre alguna vez, no vacila en arrojarlo lejos de su cerebro como algo indeseable y horrible. Es una curiosa paradoja, si consideremos cuán fuerte es el instinto de auto—conservación en todos los mortales.

Son pocos los filósofos que han dedicado una cuidadosa atención al problema. De todos quienes se han ocupado del tema parece ser Carrington cl que más ha ahondado en sus misterios. Como dice el profesor Fournier D'Albe en su obra *New Light on Inmortality.*

"El siglo XX se halla demasiado atareado para preocuparse por el problema de la muerte y la existencia que a ésta sucede. El hombre práctico hace su testamento, asegura su vida y le dice adiós al mundo sin ninguna otra consideración ulterior. Las iglesias, interesadas en otros tiempos profundamente en el destino del alma después de la muerte, están dedicadas por completo en la actualidad a la instrucción moral y al mejoramiento de las condiciones sociales de vida. La muerte como tema de controversia o de especulaciones está, prácticamente, muerta...

"Extraño y casi inexplicable en verdad, resulta el espectáculo de los mil millones de seres humanos que se precipitan hacia la hora del juicio sin ningún conocimiento preciso de lo que ese juicio les reserva, limitándose a tornar la vida como les ha sido dada, con alegría y a la ligera, sin dedicar pensamiento alguno a

estos serios problemas. Este espectáculo no es muy diferente de aquel que solía presenciarse en las prisiones durante el reinado del Terror, cuando los prisioneros mataban el tiempo charlando animadamente, sin saber a quién le tocarla ir primero al patíbulo.

"Anualmente más de cuarenta millones de cadáveres van a parar a la tierra. Se desechan así un millón de toneladas de carne sangre y huesos humanos sin que presten más servicios a la humanidad transformándose luego gradualmente en otras sustancias, y tal vez, en otras formas de vida. Mientras tanto, la raza humana, en sus múltiples formas, vive y lucha...

"La muerte constituye un tema que, por increíble que parezca, solo ha merecido los comentarios más vulgares por parte de los filósofos...

Dice el profesor F. C. S. Schiller, de la Universidad de Oxford: "Spinoza tenía razón al afirmar que no existe tema alguno en que los labios hayan pensado menos que en la muerte, lo cual es, sin duda, una gran lástima para los sabios. Pues no existe ciertamente tema alguno más digno que la muerte, del estudio de aquellos que amen la reflexión y el valor de las opiniones personales..."

Por un lado está el Materialista, quien grita a los cuatro vientos que la muerte representa la completa extinción del individuo. Por el otro, el espiritualista, para quien la muerte no representa sino el comienzo de una vida

mejor. Y entre estas dos escuelas del pensamiento universal existe todo un ejército de cultos, religiones y credos que consideran a la muerte, en su mayoría, como una "maldición" que pesa sobre la humanidad.

Ciertamente que no es la muerte la maldición sino la "vida". La Vida, con todos sus dolores, sus tormentos y amarguras. Ningún estado futuro de felicidad merece ese dolor; no hay nada que pueda compensar las desilusiones y desencantos de la vida.[7] Por cierto que hace falta ser un Estoico para poder disfrutar en otros planos, sabiendo al mismo tiempo que hay otros seres que sufren en éste. Un individuo de esa clase, no merece, a mi juicio, ser feliz. ¿Es posible que los espíritus pierdan ese rasgo divino, la "simpatía"?

"¡Oh muerte! ¿Dónde está tu aguijón? ¡Oh tumba! ¿Dónde está su victoria?", he aquí la verdadera filosofía Estoica. Existe *sí* un tormento en la muerte: la madre moribunda que se aferra a su hijo, el padre agonizante que deja a su familia sin amparo; el amante que llora sobre el cuerpo frío de su amada. ¡0h muerte!, he *ahí* tu aguijón. ¡Oh, Tumba!, he *ahí* tu victoria.

Para mí la vida es una maldición. Yo lamento que la vida exista. No hay mente mortal capaz de escribir el menor argumento en defensa de la vida. Cuánto lamento que el ¡Materialista esté equivocado! Y lamento que la muerte *no* sea el fin de todo. ¡Cómo desearía que la muerte fuera un largo dormir sin sueños! Pero ay, mis experiencias no pueden haberme

demostrado en forma más concluyente que aquello de "polvo eres y polvo serás" no fue dicho del Alma.

4: Es interesante señalar que hay quienes afirman haber estado dotados de conciencia en el momento de nacer. Y uno de ellos es quien escribe estas líneas. Recientemente Warrington Dawson publicó un interesante artículo sobre este tema en la revista *Health and Life. S.* M.

5: Al parecer, el soldado Dowding estaba "soñando en verdad", esto es, soñando la acción que realmente tenía lugar en ese momento. Al mismo tiempo se daba cuenta de que estaba soñando y creía que no tardaría en despertar. Esto se parece notablemente al soñar en verdad de las proyecciones pasajeras. — S. M.

6: De la lectura de esta descripción, podría quedar la impresión de que Davis vio al cuerpo astral en el proceso de su creación en el momento de la muerte. Pero lo que en realidad vio el observador, fue el cuerpo etéreo, haciéndose cada vez más visible a sus ojos, detrás del aura que lo rodeaba. — S. M.

7: ¡Budismo puro! ¡Cristianismo medioeval puro! — H. C.

CAPITULO XVI

Puesto que el destino ha querido que vivamos a despecho de nuestro pesimismo; puesto que la mente humana no se extingue, ni aun en la muerte, bien será que tratemos entonces de sacar el mejor partido de la vida, encauzando nuestros pensamientos por cursos más optimistas, con la esperanza de que el Enigma de la Vida llegue a resolverse algún día y supere entonces nuestras más caras aspiraciones, demostrando así la falacia de los dictados de nuestra inteligencia (de que la vida es trágica). Volvamos, pues, la vista hacia la proyección astral a fin de tocar, a manera de conclusión, algunos puntos más o menos vinculados con nuestro tema que también han sido objeto de mi reflexión.

PROYECCION DURANTE EL SUERO DE LA ANESTESIA

En las páginas que anteceden nos hemos dedicado principalmente al estudio de la proyección que tiene lugar durante el sueño natural; también hemos dedicado bastante tiempo a la proyección inducida por medios hipnóticos, de modo que el lector ya debe estar familiarizado con ella.

En lo que al sueño producido por el uso de narcóticos se refiere, nos hemos limitado, sin embargo, a mencionar simplemente el hecho de que la proyección es posible en esas ocasiones. A fin de completar el

tema, resumiremos una interesante experiencia fuera del cuerpo ocurrida bajo los efectos de un anestésico, y comunicada por el doctor George Wyld en su obra *La Teosofía o la dinámica del espíritu.*

Nuestro autor había estado aspirando cloroformo para mitigar el dolor producido por un pequeño cálculo renal, cuando, para su enorme sorpresa, se encontró vestido y dotado de sus facultades normales de razonamiento, a unos dos metros de la cama, observando su propio cuerpo físico privado de movimiento.

Mientras así permanecía parado, logró comprender el significado de la revelación, consiguiendo más tarde que otras personas corroboraran su experiencia, todo lo cual lo condujo a la conclusión de que las sensaciones se hallan centradas en el cuerpo sutil y de que la acción de los anestésicos se cumple extrayendo al cuerpo etéreo del físico, lo cual hace que este último no pueda sufrir ningún dolor.

Ernest Hunt, que recogió el testimonio de gran número de personas que habían tenido experiencias fuera del cuerpo durante el sueño proveniente de una anestesia, declara que:

"Las descripciones que nos brindan los pacientes son en esencia todas iguales, y, a menos que con entera falta de fundamento presumamos que se han puesto todos de acuerdo en mentirnos, debemos concluir forzosamente que dicen la verdad".

Algunos de ellos han llegado a afirmar que habían observado todas la operaciones practicadas sobre sus propios cuerpos — exactamente como el individuo que abandona su casa mientras la reparan— situados a cierta altura sobre el físico, pudiendo ver y oír todo cuanto abajo ocurría.

J. Arthur Hill, en su obra *El hombre es espíritu,* cuenta el caso de una tal señorita Hinton quien, a la edad de diecisiete años fue cloroformada para extraerle unas muelas. Su vuelta a la conciencia se demoró considerablemente, acarreando una profunda alarma, pero cuando despertó, declaró haber estado sobre el cuerpo físico, en medio de las personas allí reunidas, y también dijo que había tratado de hablarles pero sin éxito. Dándose por muerta, su mayor sorpresa fue ¡que no la juzgaran!

Las experiencias de este tipo demuestran que, junto con las experiencias proyectivas durante el sueño natural, existe un vasto campo para la experimentación médica mediante el uso de los anestésicos.

En un magnifico librito, *Por qué sobrevivimos,* el señor Hunt, a quien acabo de mencionar, narra el caso de una amiga suya que tuvo el siguiente sueño (por lo demás, un sueño proyectivo típico)

"La joven del caso se encontró en cierta ocasión —en el transcurso de un sueño— sobre el techo de un edificio y, por una u otra razón, le llamó poderosamente la atención cierta cuerda que ella,

prosaicamente, tomó por una cuerda de tender la ropa."

"La curiosidad la impulsó a seguir esta línea que, pasando por el borde del techo, se introducía en la ventana de un dormitorio. Pero héte aquí que el tal cable la condujo a una cama donde se hallaba su propio cuerpo dormido y no bien se produjo el reconocimiento, se despertó bruscamente, otra vez en su cuerpo físico."

Muchas veces he tenido sueños semejantes al anterior, hasta el punto de que yo también me he sentido inclinado a seguir lo que ante mis ojos parecía una cuerda de la ropa, encontrándome siempre al cabo del mismo, con el cuerpo físico. Tanto llegué a familiarizarme con este, que al tiempo que seguía la línea (en el sueño) sabía que terminaría por encontrar mi cuerpo al cabo de éste.

Era mi intención incluir este sueño típico dentro del tema "Sueños proyectivos típicos", pero en aquella oportunidad dejé que otros aspectos más importantes del fenómeno predominaran en mi pensamiento, pasándolo por alto. En este sueño, el sujeto se muestra siempre sumamente intrigado con respecto a la posible naturaleza del cable y el punto hacia el cual conduce. Por lo general se experimenta un irreprimible deseo de seguirlo, regresando al cuerpo físico.

Lo que en el sueño se presenta corno una cuerda para tender ropa, un hilo telefónico, o cualquier otra cosa, claro está que no es sino el cable astral tendido con su

diámetro mínimo y la ansiedad por seguirlo para ver a dónde conduce, no es sino un recurso de la Voluntad subconsciente a fin de hacer volver al cuerpo onírico a su duplicado físico.

Espero que nadie se forme la idea, después del examen de todos los métodos incluidos en este libro para inducir la proyección astral, de que se ha dicho aquí la última palabra sobre el tema, pues esto sería un grave error. Lo que yo he hecho no ha sido sino desarrollar los métodos que me son más familiares. Es muy posible que otros investigadores posean un valioso caudal informativo con relación al *modus operandi.* Digamos, por ejemplo, que, según se afirma, existen varias "Sociedades Metafísicas" en las cuales pueden inscribirse los individuos interesados en los fenómenos ocultos y donde, después de haber realizado ciertos estudios y haber ingresado al "Círculo de los iniciados", se les imparte (según se declara) toda la información secreta necesaria para poder abandonar sus cuerpos físicos y visitar los reinos espirituales, poniéndose en comunicación directa con los mismos. Qué método se sigue en esas instituciones y hasta qué punto tienen éxito, es cosa que yo ignoro.

Fuera de estas sociedades, existe gran número de individuos que sostienen hallarse en posesión de conocimientos ocultos que les permiten proyectarse en el astral. Si los métodos por ellos empleados coinciden o no con alguno de los que yo he proporcionado —y estoy convencido de que necesariamente debe ser

así— es cosa que tampoco podría establecer a punto fijo. Insisto nuevamente, por eso, en que de ningún modo se pretende haber dicho en este libro la última palabra sobre el proceso.

Conocernos ya la forma en que el cuerpo astral puede viajar por el espacio; pues bien creo que no está lejano el día en que, mediante el conocimiento y la práctica de ciertas leyes sutiles, todos nosotros podamos viajar *físicamente* por el espacio, en forma automática y a voluntad, exactamente del mismo modo en que lo hace el astral. Cierto es que poseernos vehículos aéreos; sin embargo los medios de traslación física no serán perfectos hasta tanto no podamos atravesar el espacio automáticamente. Espero que un día podrá el hombre alcanzar la facultad de vencer la gravedad con su cuerpo físico.

La proyección astral no es un privilegio de unos pocos elegidos todo ser viviente tiene a su disposición fuerzas latentes que solo esperan ser adecuadamente manejadas para producirla. Una idea muy difundida es que todos los individuos capaces de proyectarse se hallan dotados de un ser astral sumamente peculiar y distinto de los de la mayoría de la gente; pero yo puedo asegurar categóricamente que el cuerpo físico desempeña un papel tan importante como el astral en el fenómeno y por lo general, no es el cuerpo astral el que presenta anomalías, sino el físico.

Si bien no es mi deseo darle un sermón al lector para volver a repetir una vez más lo que tantas veces se ha dicho desde cl principio del mundo, haré, con todo, dos

o tres advertencias convenientes. Es de extrema importancia que mantengamos puros nuestros pensamientos, sin desear el más mínimo mal a nuestros semejantes pues no son sino estos pensamientos los que crean su propio medio astral, y la venganza no es por cierto desconocida entre los habitantes de los planos astrales.

Bastará que el lector recuerde ni desagradable "Encuentro con un demonio astral" experiencia esta originada como consecuencia de un mal pensamiento dirigido hacia el protagonista de aquel suceso. Por eso me apresuro, especialmente si el lector está dispuesto a intentar la práctica de la proyección astral, a formular las mismas advertencias de Confucio: "Para lo malo debes ser mudo, sordo y ciego". De no ser así, el sujeto tendrá experiencias que le harán sentir que el mundo astral solo está lleno de demonios y enemigos. Y esto nos lleva a formular una nueva consideración:

La objeción más común y más contundente levantada contra las ciencias ocultas, especialmente la Clarividencia, el Hipnotismo, etc., es la teoría de los demonios, es decir, que todas estas manifestaciones no son sino el producto del Demonio o de otros espíritus malignos En estos últimos años una poderosa organización religiosa (que seguramente todos mis lectores conocen) se ha embarcado en una formidable cruzada contra las prácticas ocultas. Puede tenerse cierta idea de los alcances y el éxito de su campana, si se repara en el hecho de que la edición de uno de sus libros alcanzó, en 1928, la fantástica

cifra de 3.500.000 ejemplares. Y como éste, ¡han publicado por lo menos una veintena de libros! Sus recursos parecen inagotables. Sus conferencias se han transmitido por las más poderosas emisoras radiales y sus propagandistas están diseminados por todo el mundo.

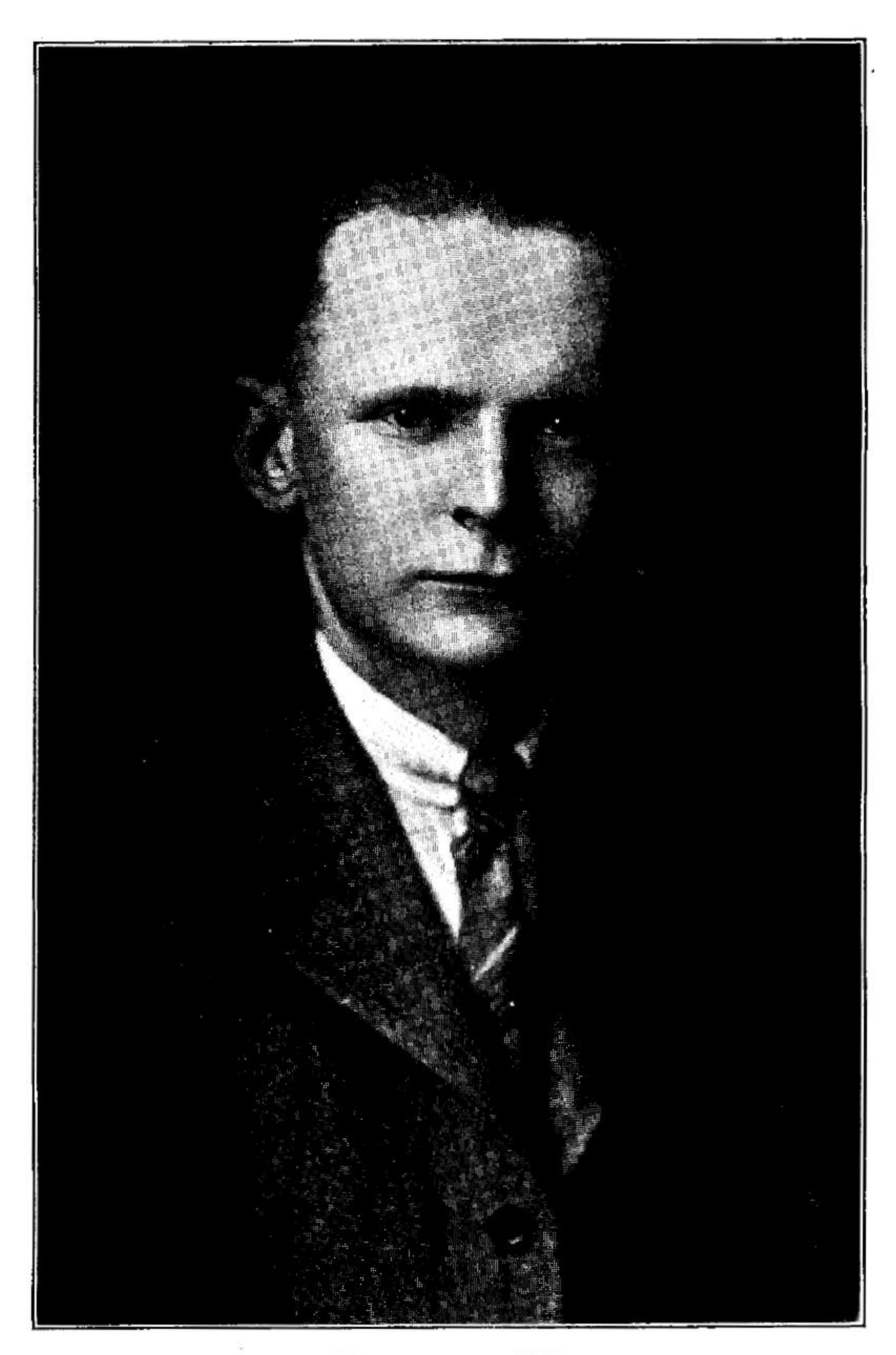
Fuera de ésta, existen otras poderosas organizaciones movidas por el mismo propósito, como así también ciertas personalidades como O’Donnell, que insisten vigorosamente en la afirmación de que todos los fenómenos ocultos son de origen diabólico. En consecuencia, han sido muchos los investigadores de las ciencias ocultas que han debido abandonar sus investigaciones y estudios, debido a injustas acusaciones surgidas de la tergiversación de los hechos reales.

CONCLUSION

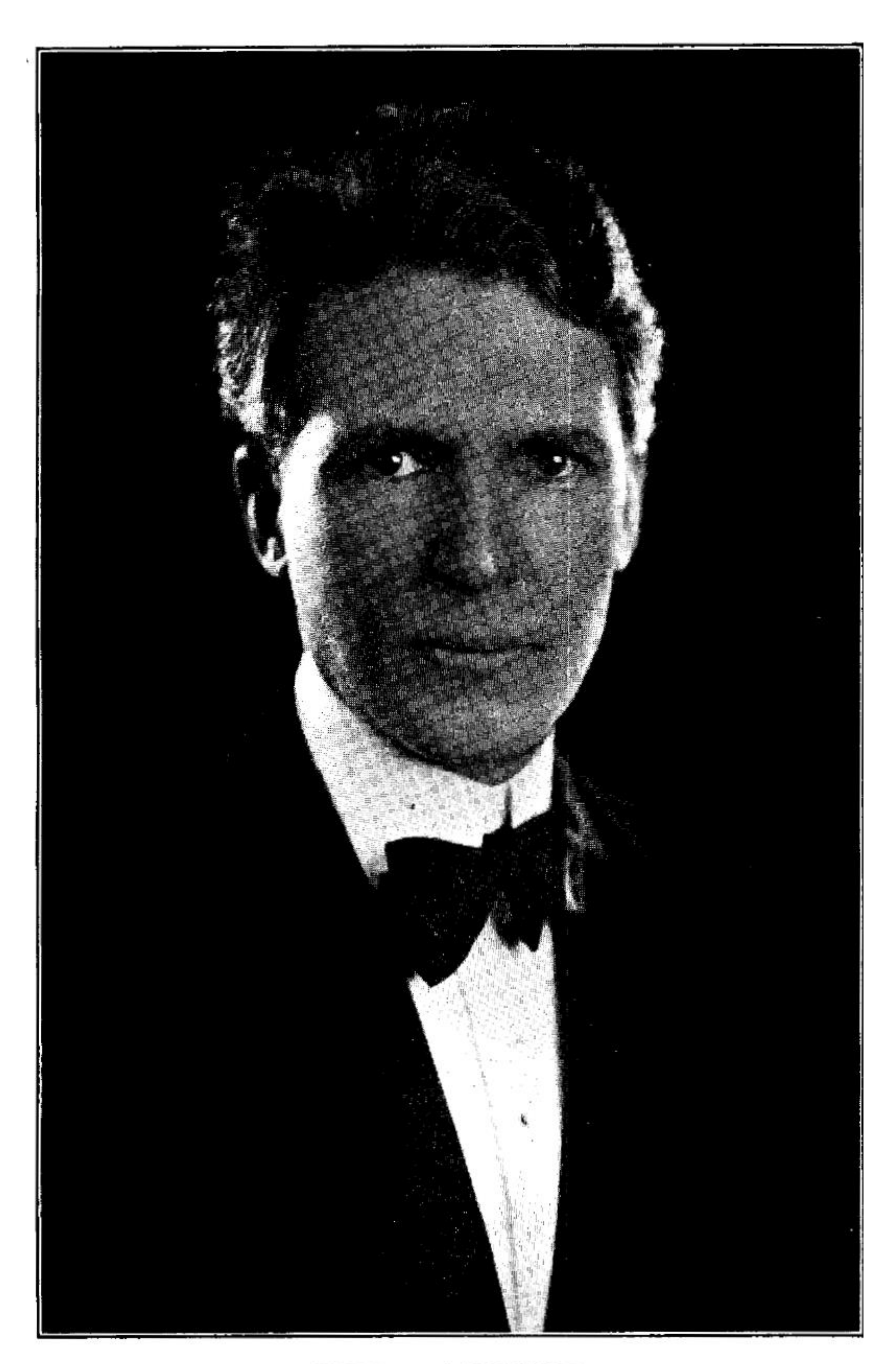
A todos aquellos a quienes interese averiguar la verdad o falacia de esta cuestión, es decir, si los fenómenos psíquicos pertenecen a la esfera espiritual del hombre o a los dominios del Demonio, yo quiero decirles que toda vez que experimenten una proyección del cuerpo astral, ya no podrán dudar de la posibilidad de existir fuera del cuerpo físico. Entonces el lector no se verá forzado a aceptar ninguna teoría. Entonces no tendrán que buscar para su creencia en la inmortalidad, el apoyo de las palabras de un médium, de un pastor o de las Sagradas Escrituras,

puesto que por sí mismo habrá logrado la prueba de lo que buscaba. Es decir no creas lo que te dicen sin que tú conozcas de ello personalmente, sino que descúbrelo tú mismo y saca tus propias conclusiones.

Yo por mi parte puedo decir que aunque jamás se hubiera escrito un libro sobre la inmortalidad del alma, que aunque jamás se me hubiera hablado de la "supervivencia" del espíritu, que aunque jamás hubiera presenciado una sesión de espiritismo o hubiese conversado con un médium; en suma, aunque nadie jamás en el mundo hubiera sospechado la existencia de la "'vida después de la muerte", yo no estaría por ello menos persuadido de ser inmortal, puesto que he experimentado la proyección del cuerpo astral.



SYLVAN J. MULDOON



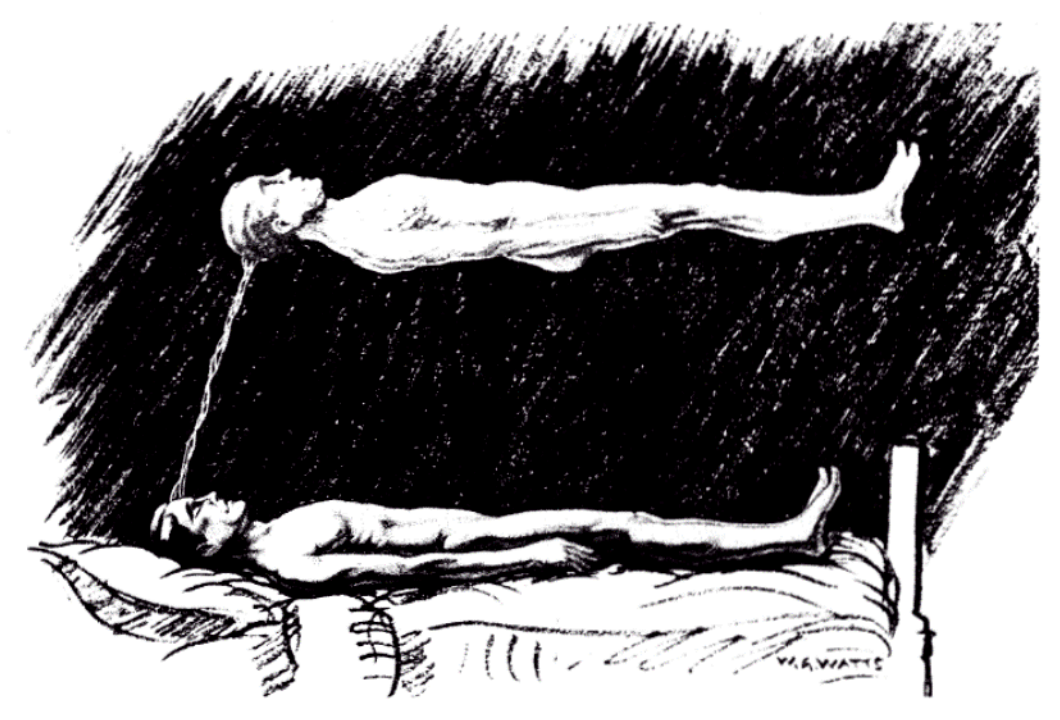
HEREWARD CARRINGTON



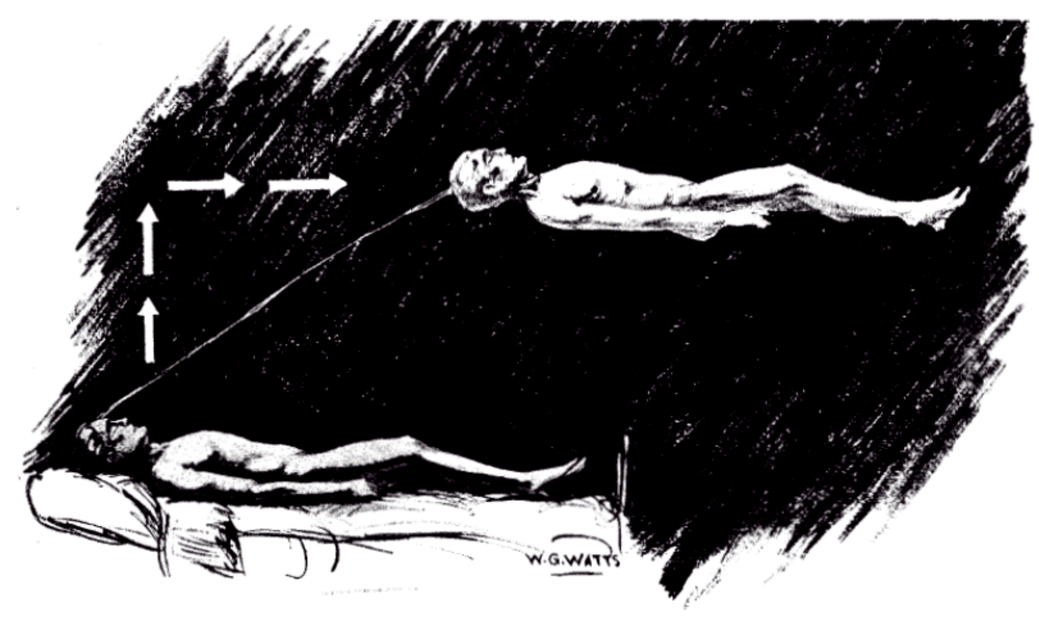
THE ASTRAL BODY, OR *KA*, VISITING THE MUMMY



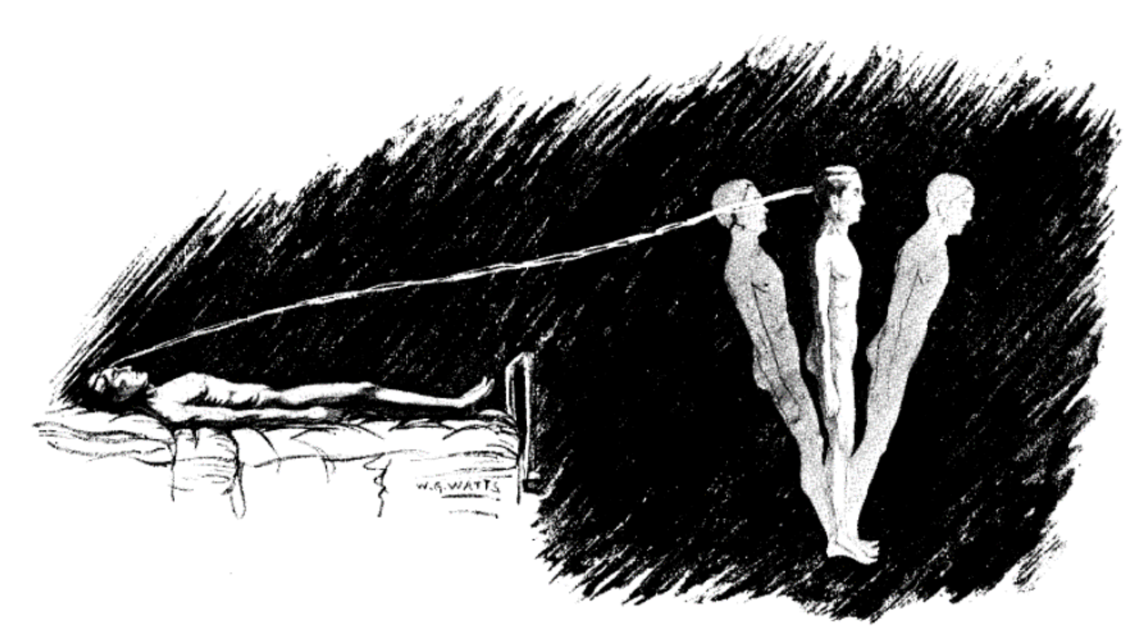
THE PHANTOM, SLIGHTLY OUT OF COINCIDENCE



THE PHANTOM LYING IN THE AIR ABOVE THE PHYSICAL BODY
Phantom sometimes uprights here.

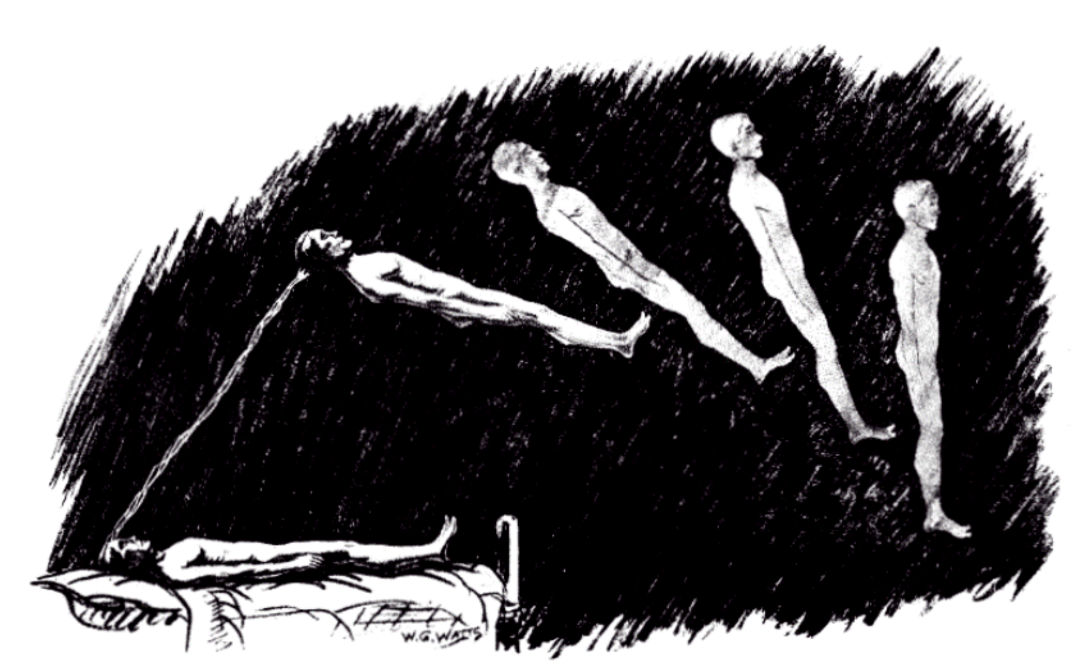


ARROWS SHOW THE ROUTE THE PHANTOM TAKES IN PROJECTING
This is the position which the phantom often occupies, prior to a flying dream, which is followed by a falling dream. Phantom often uprights here.



PHANTOM PROJECTED AND UPRIGHT WITHIN CORD-ACTIVITY-RANGE

The push and pull in the astral line-of-force causes instability of the phantom



HOW THE PHANTOM INTERIORIZES

Sometimes the phantom can be projected and will upright within cord-activity-range, when negative factors set in (*e.g.* emotion or noise); the phantom will be pulled *backward* into the horizontal, through the air, to a position directly over the physical, and then down, into it.



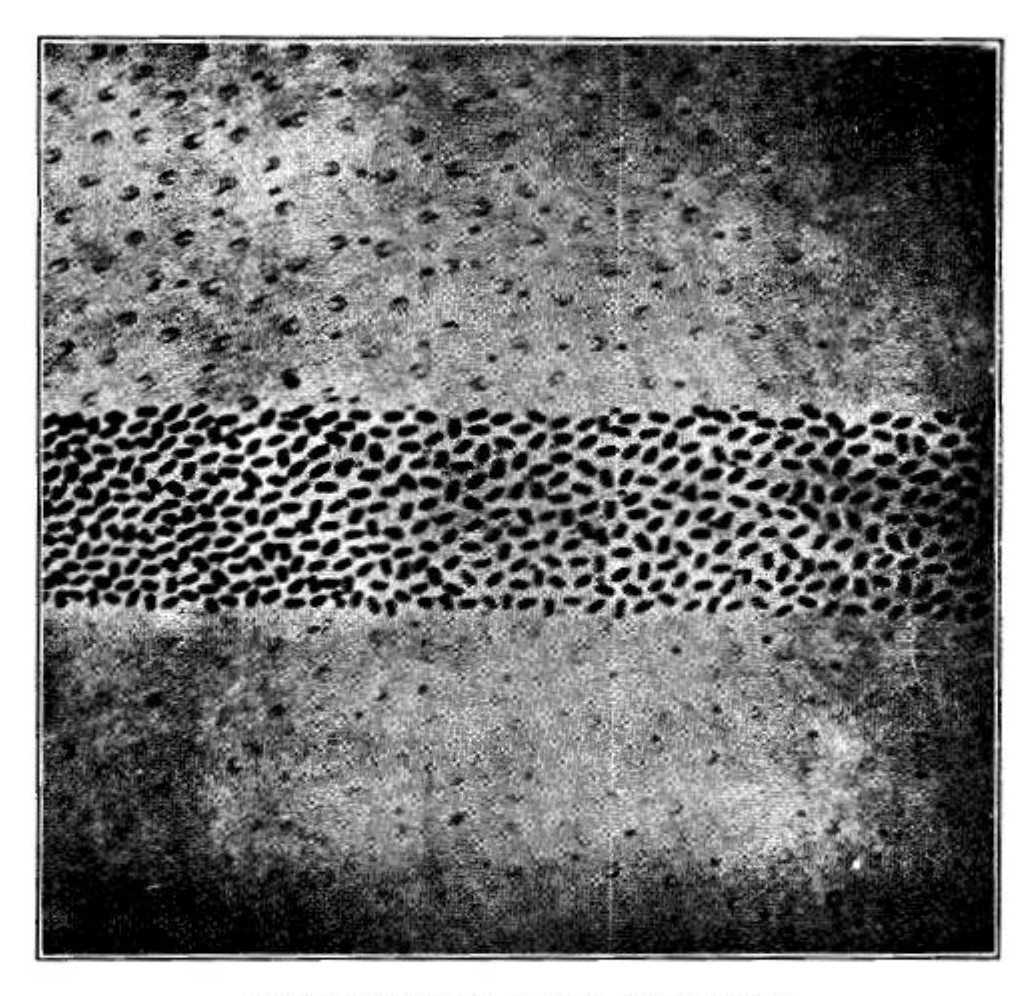
THE SWAYING OF THE ASTRAL BODY
From a photograph published by Dr. H. Durville.



OLD CHINESE PRINT, SHOWING THE PROJECTION OF THE ASTRAL BODY, AND THE CORD OR CABLE BINDING THE ASTRAL TO THE PHYSICAL BODY

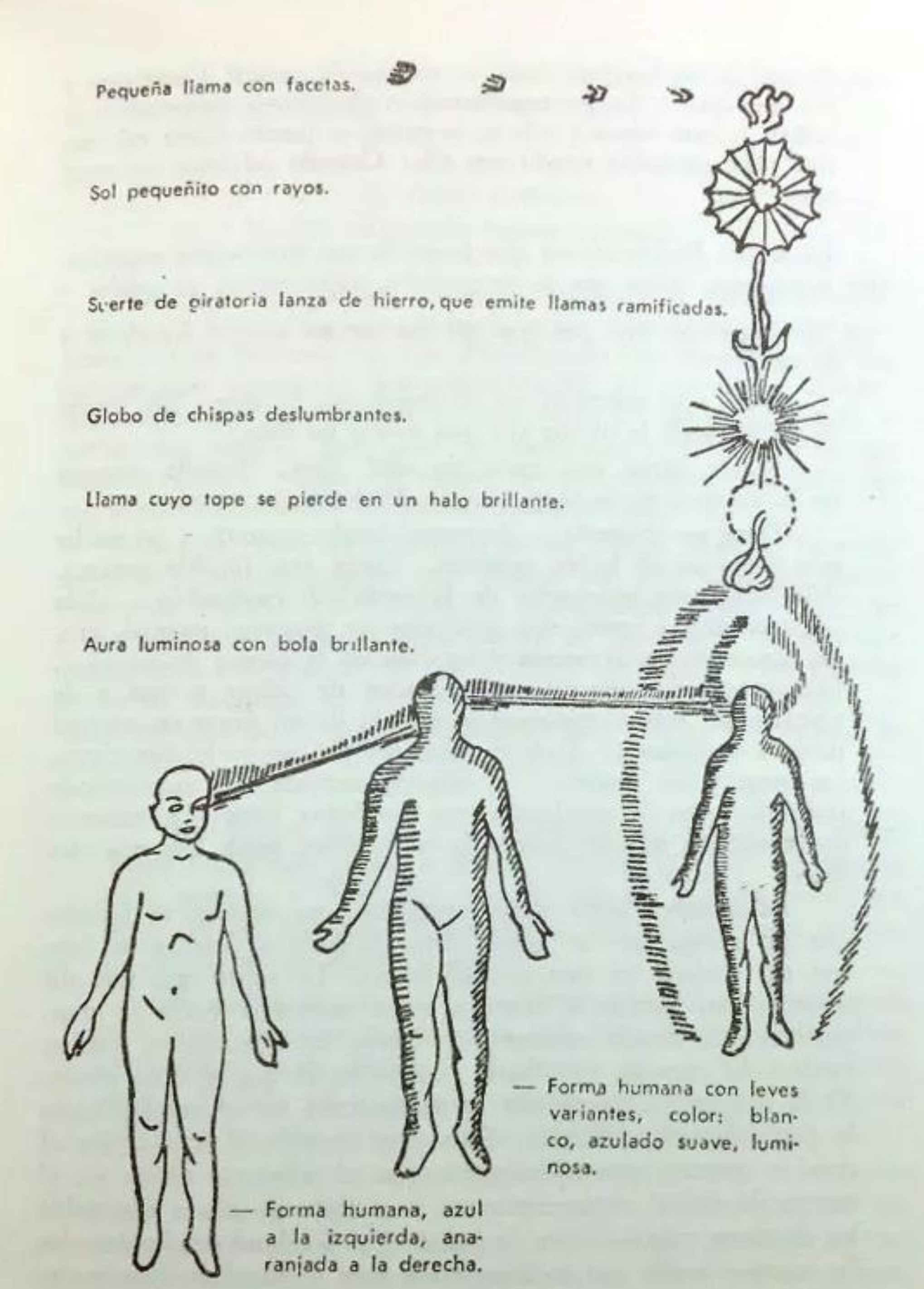


THE DEPARTURE OF THE ASTRAL BODY AT DEATH
According to clairvoyant vision of Andrew Jackson Davis.



ATOMIC STRUCTURE OF THE ASTRAL BODY

According to Drs. Matla and van Zelst. The *small* black dots represent the atoms of the body.



Concepción artística de las formas proyectadas por un sujeto bajo hipnosis, de acuerdo con experimentos franceses. (Por cortesía del Dr. von Goot.)



HORUS

Existe un conjunto de fenómenos extrasensorios
que los estudiosos procuran resumir en términos asequibles
al humano raciocinio, tan apegado a la lógica
y sus naturales implicancias...
Sin embargo, en el mundo de los fenómenos suprafísicos
hace incursión un hecho que despertó, hace ya años,
la curiosidad del mundo entero. La proyección del cuerpo astral
escapa aquí a las semblanzas librescas
y llega con certidumbre más contundente que lo imaginable
a través de las percepciones de un dotado, coautor de la obra,
Sylvan Muldoon, junto con los comentarios de un eximio
investigador del mundo psíquico, el Dr. Hereward Carrington.
Estas son las más excitantes experiencias del señor Muldoon
quien no sólo ofrece un vívido relato de sus viajes astrales
sino que también brinda instrucciones al estudioso
sobre la técnica o modus operandi de la proyección del cuerpo etéreo.
La intención del señor Muldoon no es demostrar al escéptico la verdad
de sus aseveraciones en orden a lograr su convencimiento. Simplemente
se limita a exponer los hechos y circunstancias en que tales
desdoblamientos pueden ser posibles sin peligro
para la salud física ni espiritual. Lo positivo de esta obra
consiste, precisamente, en que se deja de lado, deliberadamente,
cualquier referencia que pueda tener carácter confesional
o anecdótico, centrándose la atención del lector en hechos concluyentes
que, por sí mismos, representan demostración y corolario
de una de las más fascinantes pruebas que pueda experimentar
el ser humano en pleno uso de sus facultades mentales, es decir,
en estado de vigilia absolutamente consciente.
LA PROYECCION DEL CUERPO ASTRAL implica, por lo tanto,
un mensaje de hondo contenido psíquico-experimental,
despojado de dialécticas superfluas que, si en algún caso,
pueden resultar decisivas, aquí son innecesarias
pues los fenómenos explicados paso a paso
imponen su certidumbre más allá de todo atildada construcción verbal.
Sylvan Muldoon y Hereward Carrington ratifican
con LA PROYECCION DEL CUERPO ASTRAL el dominio de un tema excitante
que abre las puertas de una región plena de misterios e incógnitas.

HECTOR V. MOREL

Dibujo de la tapa:
BALDESSARI